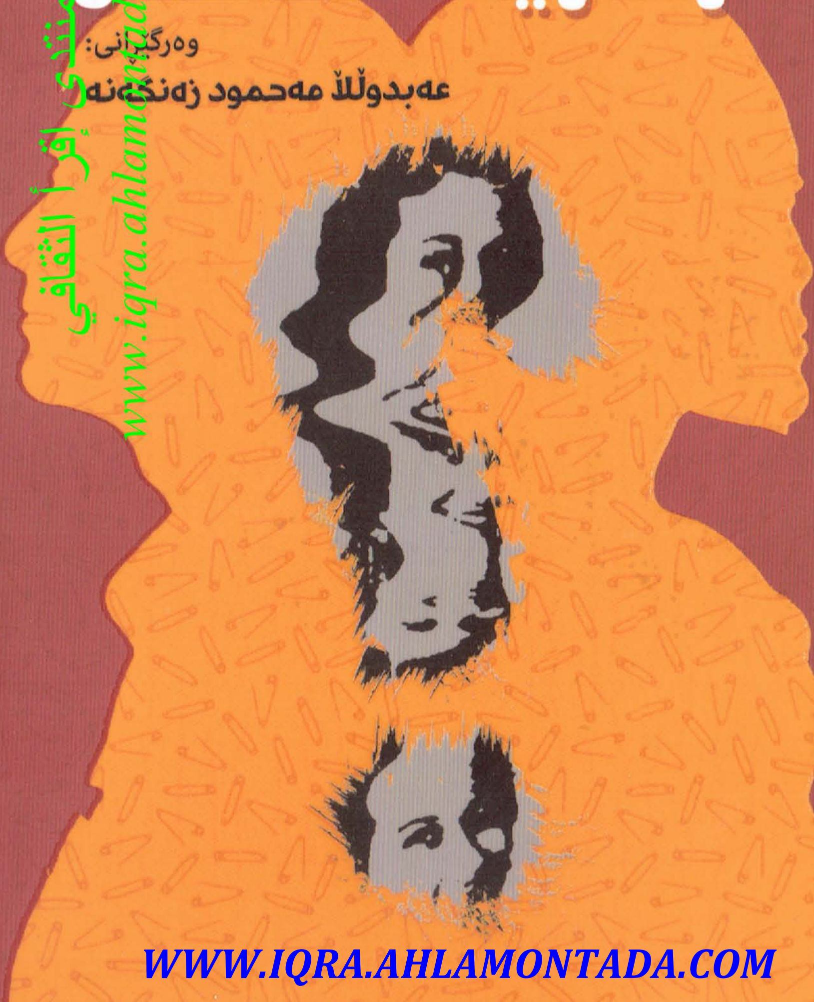
ENDESE

فەوزیە دریع

پرسیارەکانی خۆشەویستی

وەرگێرانی:
عەبدوڵڵا مەحمود زەنگەنە





پرسیارەکانی خۆشەویستی

ENDEŞE

ناوەندی بڵاوکردنەوەی ئەندێشە

ناوەندی ڕۆشنبیری و هونەریی ئەندێشە

بەڕێوەبەری گشتیی ناوەند: هەژار مەجید

ناوەندی ڕۆشنبیری و هونەریی ئەندێشە - ناوەندی بڵاوکردنەوەی ئەندێشە

سلێمانی - شەقامی مەولەوی - تەلاری بازرگانیی سیروانی نوێ - نهۆمی چوارەم

http://www.endeshe.net

andesha.library@yahoo.com ● andesha@outlook.com

http://www.facebook.com/Andeshalib

07501026400



پرسیارەکانی خۆشەویستی

فەوزیە دریع
و: عەبدوڵڵا مەحمود زەنگەنە

ناوی کتێب: پرسیارەکانی خۆشەویستی
ناوی نووسەر: فەوزیە دریع
وەرگێڕانی لە عەرەبییەوە: عەبدوڵڵا مەحمود زەنگەنە
بابەت: لێکۆڵینەوە
دیزاینی بەرگ: محەمەد زاری
نۆبەتی چاپ: یەکەم ۲۰۱۹
چاپخانە: ئەندێشە
تیراژ: (۱۰۰۰) دانە
نرخ: (۸۰۰۰) دینار
ژمارەی سپاردن: لە بەڕێوەبەرایەتیی گشتیی کتێبخانە گشتییەکان
ژمارە (۲٦٦۷)ـی ساڵی (۲۰۱۹)ـی پێ دراوە.

بەرگی یەکەم

پێشەکیی پێویست

لە مێژووی زۆرینەی میللەتانی ئەم جیهانەدا داستانی تایبەت بە خۆشەویستی تۆمار کراوە و بوونەتە سیمبوولێک لە ئەدەب و هونەریاندا. هۆکاری سەرەکی لەوەدا، پێش هەر فاکتەرێک خودی چەمکی خۆشەویستییەکەیە، کە بۆ هەموو مرۆڤێک گرنگیی خۆی هەیە و خۆی دەبێتە بەشێک لەو داستانانە و ڕەنگە پاڵەوانی یەکەمیشی بێت.

لە چۆنێتیی مامەڵەکردنی مرۆڤەکاندا لەگەڵ خۆشەویستی لە رووی ڕۆشنبیری و مەعریفی و زانستییەوە بێت یان بەکرداری، چەند فاکتەرێک ڕۆڵیان هەیە لەپێش هەموویانەوە ڕۆشنبیریی تاکەکان و دواتر پەروەردەی خێزانی، کە ئەمیش دیسانەوە دەکەوێتە سەر جۆری پەروەردەکردنەکە و چەند فاکتەرێکی تری کۆمەڵایەتیی نەریتە جۆراوجۆرەکان، کە لە هەندێکیاندا بەباشی و لە هەندێکیاندا بەخراپ لەسەر خۆشەویستی دەکەوێتەوە.

لە کوردستانی ئێمەدا، بە شێوەیەکی گشتی کۆی فاکتەرەکان لە بەرژەوەندیی چەمکی خۆشەویستیدا نەبوون، بەم ساتەیشەوە وەک پێویست نە لە پەروەردەی خێزانی و نە لە سیستمی پەروەردە و خوێندن و نە لە سیستمی ئایینییشدا، گرنگی و بایەخی پێویست بە خۆشەویستی و چۆنێتیی چوونەدنیای خۆشەویستی نەدراوە. بۆیە نەبوونی خۆشەویستی بۆتە

یەکێک لە هۆکارەکانی قووڵبوونەوەی کێشە خێزانییەکانی نێوان هاوسەران و تووشبوونی ڕەگەزی مێینە بەتایبەتی بە چەندین کێشە و لێدان و کوژرانیش، کاتێک پەیوەندیی خۆشەویستی بۆ کەسوکاری دەر دەکەوێت.

دیارە خۆشەویستیی ڕاستەقینە کامەیە و کێ و چۆن بچینە دنیای خۆشەویستییەوە و پرسیارەکانی تری خۆشەویستی، کە مەخابن ئێمە وەک کورد خۆمان لێ دزیوەتەوە، پرسی سەرەکیی ئەم کتێبەی ژنەنووسەری پسپۆڕ و دەروونناس دکتۆرە فەوزیە دریعە، کە لە سێ بەشدایە و ئەمە بەشی یەکەمی کتێبەکەیە، هیوادارم زۆرترین کەس، بەتایبەت دایکان و باوکان و دواتر گەنجان بیخوێننەوە، تا کورت و پوخت و کورد واتەنی ڕێز و بەها بۆ ئەم غەریزە پاک و جوانە بگێڕینەوە، کە خودا لە ناخی مرۆڤدا چاندوویەتی و بە هیچ کۆتوبەندێک زیندانی ناکرێت، بەڵکوو تاکە ڕێگەچارە ئەوەیە لێی تێبگەین و دەرفەتی بەڕاستی و درووستی بەرجەستەکردنی بۆ بڕەخسێنین.

وەرگێڕ

٢٠١٣/١٢/١٢

بازیان

پێشەکیی نووسەر

تەنها خۆشەویستی

شەپۆلێکی زەنگدانەوەی پرسیار دەورووژێنێت:

بۆچی؟

کەی؟

چۆن؟

چی دەبێت ئەگەر؟

چەندەها پرسیاری تر...

تەنها خۆشەویستی

دەتوانێت هەستێک بخولقێنێت نەتوانرێت دوایین وەڵام بدرێتەوە، تەنانەت زانا و ئەدیب و فەیلەسووفانیش لە ئاستیدا دەستەوەسان بن.

لێرە بەدواوە دەخوازین هەموو پرسیارەکان لەبارەی خۆشەویستییەوە کۆ بکەینەوە و لە گۆشەنیگای خۆمان و کەسانی تریشەوە وەڵامیان بدەینەوە، تا بتوانین شتێک لەبارەی خۆشەویستی ڕوون بکەینەوە ئەگەر هەموویشی نەبێت.

تیۆرەكانی خۆشەویستی

ئایا دەتوانین هەستی خۆشەویستی بخەینە چوارچێوەی تیۆری زانستییەوە؟

زانست كەمتەرخەمی ناكات لەوەدا لە هەموو شتێک خۆی هەڵبقورتێنێت ، زانستی سەردەمیش جەسارەت و بڕوای بە توانای خۆی هەیە، لە دەستنیشانكردنی هەموو هەستە مرۆییەكاندا. بۆ ئەمانەتیش دەڵێین، زانست توانیوویەتی هەندێ لە هەستەكانی خۆشەویستی دیاری بكات.

بەڵام ناتوانرێت بەتەواوی سۆزی خۆشەویستی تاووتوێ بكرێت، دەرەنجامی گشتی لێ بەدەست بهێنرێت، چوونكە ئەو هەستە لە كەسێكەوە بۆ كەسێكی تر و لە دەرەنجامی جیاوازییە كەسێتییەكان و قووڵیی هەستی خۆشەویستی لە ناخی مرۆڤایەتی و پێكداچوونە زۆرەكانی پەیوەند بە بارودۆخی تایبەتی دەروونی هەر مرۆڤێكەوە، جیاوازە.

بەڵێ زانست لە هەوڵی بەردەوامی خۆیدایە، سەركەوتوویش بووە لە تێبینیكردنی زۆرێک لە هەست و سۆزە مرۆییەكان، بەڵام لە كایەی خۆشەویستیدا هێشتا لە شوێنی خۆیدا هەنگاو دەنێت و ئێمەی بایەخدەریش بە لێكۆڵینەوە لە خۆشەویستی، پێمان وایە هەر لە شوێنی خۆیدا هەنگاو دەنێت و شكستیش

دەهێنێت لە گەیشتن بە دوایین وشەی زانستی و کرداری و ژمارەیی لەبارەی ئەم هەست و سۆزە گەورە و بەهادارەوە.

ڕاڤەی تیۆری شیکاری بۆ خۆشەویستی:

تیۆری شیکاری فرۆید لەبارەی خۆشەویستییەوە ڕەنگدانەوەی تیۆرەکەیەتی بەشێوەیەکی گشتی، کە پێی وایە ڕەفتارە دەروونییە ئاسایی و نەخۆشییەکانیشمان ڕەنگدانەوەی ڕەمەک "غەریزەکان"مانن. فرۆید پێی وایە ڕەمەکە بنچینەییەکانی مرۆڤ ڕەفتار و هەستکردنمان بە خۆشەویستی دروست دەکەن.

ئەو وا دەبینێت سەرەتای هەستکردن بە خۆشەویستی لای هەموو مرۆڤێک لە پەیوەندیی منداڵیدا بە دایکیەوە دەست پێ دەکات. دایک پەیوەندییەکی جەستەیی لەگەڵ منداڵدا پێک دێنێت بەوەی بە شیرپێدانی ڕەمەکی برسێتی تێر دەکات و ڕەمەکی مانەوەیشی بە پاکڕاگرتنی جەستەی و پاراستنی لە جیهانی دەرەکی. فرۆید پێی وایە ئەگەر منال پێویستی بە پاک و خاوێنی نەبووایە خۆشەویستی پێک نەدەهات، ئەگەر تەنانەت شیریش خۆکردانە بگەیشتایەتە گەدەی بەبێ مژینی مەمکی دایکی، بەڵکوو ئیدی ئەو پێکەوەنووسانەی نێوان دایک و منال نەدەبوو. ئەو پێی وایە مادام (دایە) سەرچاوەی تێرکردنی غەریزەکانی منالە، لەبەرانبەریشدا منال هەمیشە لە خەم و ترسی دابرانە لێی. ئەم خەم و ترسەیش هۆکاری زۆری هەیە، وەک سەرقاڵبوونی دایک بە باوک و منالێکی تری و ئیشوکاری ڕۆژانەیەوە، یان بە گەورەبوونی منالەکە خۆیەوە... هتد. لەبەرئەوەی پرسەکە دەرهەق بە دایک لە سەرچاوەی تێرکردنی غەریزەکانەوە ئیدی دەبێتە پەیوەندییەکی سۆزداری. منالیش لە ئاستی ئەم ترسەدا دەچێتە یەکێک لەم شێوانەی ململانێوە:

١ – دایکی، دایکێکی چاکە بەڵام چی تر خۆشی ناوێت، چوونکە ڕەنگە ئەم منالێکی خراپ بێت. لێرەوە لای منال هەستکردن بەبێبەهایی دروست دەبێت و ئیتر بایەخ بە خۆی نادات و ڕقی لە خۆی دەبێتەوە و خۆی زەلیل دەکات. ڕەنگە لە قۆناغی پێگەییشتنیدا لە ئاستی خۆشەویستیدا گۆشەگیر بێت، یان لۆمەی خۆی بکات، کە لە خۆشەویستیدا شکستی خواردووە، بۆیە ئیدی هیچ کەڵکێکی نەماوە و دووریش نییە دۆخەکە پەرە نەسێنێت بۆ کەموکورتییەکی عەقڵی.

٢- ڕەنگە مندال بە خۆی بڵێت،" دەبێ ببمەوە بە منالێکی بچووک، چوونکە دایە لەگەڵ منالی بچووکدا چاکە، ئەمەیش جۆرێک لە پاشەکشێ دروست دەکات و منالەکە دەکەوێتەوە جلوبەرگتەڕکردن و پەنجەمژین و گەڕانەوە بۆ ڕەفتاری منالانە، کەسی لەم جۆرە کە گەورەیش دەبێت، لە ئاستی هەر گرفتێک لە گرفتەکانی خۆشەویستیدا هەمان پاشەکشێی دەبێت، وەک گۆشەگیربوون لە واقیع – گریان – یان مانگرتن لە خواردن.

٣- ڕەنگە بڵێت،" دایکم خراپە، دایکێکی باشتر دێنم" لێرەیشەوە هەستوسۆزەکانی بەرەو کەسێکی تری وەک باوک، دایەن، هەر ئەندامێکی تری خێزان ئاڕاستە دەکرێ. کە گەورەیش دەبێت بۆ ئەوەی سزای خۆشەویستەکەی بدات، دەکەوێتە پەیوەندییەکی ترەوە. ڕایەکیش هەیە پێی وایە خیانەت لە هاوسەرگیریدا بێت یان لە خۆشەویستیدا، بارێکی دەروونییە لە سزادانی دایک، کە لە منالیەوە نموونەگیری دەکرێت.

٤ – دوور نییە منال هەوڵی بەرەنگاربوونەوەی خەم و ترسی لەدایکدابڕان بە هەڕەشەکردن بۆ بەدەستهێنانی خۆشەویستی نەدات، بۆ نموونە بڵێت،" ئەگەر خۆشت نەوێم ئازارت دەدەم"، یان،" ئەگەر خۆشت نەوێم ئازاری خۆم دەدەم". مەبەستی لەو ئازاردانە بێبەریکردنی دایکێتی لە هەستەکانی و بەخشینی

سۆزەکانێتی بە باوک، یان هەرکەسێکی تری خێزانەکەی. ڕەنگە منال بە نەخواردن و خواردنەوە خۆی نەخۆش بخات، یان بە پیسکردنی بەردەوامی جلوبەرگەکانی ئەزیەتی دایکی بدات. فرۆید پێی وایە لەو قۆناغی پێگەییشتنەدا ئاراستەی سادیزم یان ماسنوشی یان هەردووکیانی پێکەوە لا دروست بێت، ئەوکات خۆشەویستەکەی ئازار بدات، یان بە ئازاردانی خۆی خۆشەویستەکەی ئازار بدات، یان کار بگاتە ئەوەی لەباری شکستدا لە خۆشەویستیدا، خۆشەویستەکەی بکوژێت.

فرۆید پێی وایە ڕەفتاری سادیزم و ماسنۆشی لە خۆشەویستی و زایەندیشدا، دەشێت ڕەنگدانەوەی ڕەمەکی مردن و شەڕەنگێزی بێت، چەندە ئەو دوو ڕەمەکە ئاڕاستەی نەرێنیی سەردەمی منالّییان تێدا بێت، هێندەیش لە خۆشەویستی قۆناغی پێگەییشتوویدا دەر دەکەوێت. بەلاّم ڕاستەوخۆیش پێی وایە، کە هەستی خۆشەویستی تەنها پەردەی سەر حەز و خواستە زایەندییەکەیە. ئازاری دابڕان و ئازاری خۆشەویستی و شەیدای ئەویندارانیش لە واقیعدا گوزارشتن لە نائومێدبوون لە حەز و خواستە زایەندییەکە. ئیدی بەسەرهاتی سۆراخکردنی خۆشەویست و خۆشەویستی بریتییە، لە پێویستی بۆ گەڕان بەدوای جێگرەوەیەکی دایک، تەنانەت وێنە ڕۆمانسییەکانی خۆشەویستی، کە بەدەرن لە ئەندێشە و ڕەمەک، لە بنچینەدا بە زایەند و ڕەمەکی ئەبستراکت دادەنێت، بەلاّم تیایدا هەست لە ڕەمەکە زایەندییەکە بالاّتر و زۆرترە.

فرۆید دەڵێت خۆشەویستی بریتییە لە پەیوەندیی بەدیهێنانی تێرکردنی ڕەمەکی تری وەک برسێتی و مانەوە. ئەگەر بۆ منالّ دایک ئەو کارە بکات دواتر خۆشەویست بە جۆرێک لە جۆرەکان ئەو تێرکردنانە بەجێ دەگەیێنێت. ئەگەر منالّ بەنەستەوە بڵێت، بۆیە دایکم خۆش دەوێت خواستەکانم بەدی دێنێت. ئیدی

تووڕەیی منداڵی بێ بەریکراو لە شیر، لەگەڵ ئەو تووڕەییەدا جیاواز نابێت ئاڕاستەی خۆشەویست دەکرێت.

فرۆید پێی وایە خۆشەویستی ڕەنگە تەنها قەرەبووکردنەوەی چێژێک لە چێژەکان بێت. بەپێی بۆچوونی ئەو مادام مرۆڤ بە قۆناغی پێویستی بە چێژوەرگرتن بە دەم و بە داوێندا تێدەپەڕێت، ئیدی تێرنەکردنی ئەوچێژانە دواتر بەهێزەوە دەبێتە هۆی سۆراخکردنی خۆشەویستی وەک چێژێکی قەرەبووی چێژە لە دەستچووەکان. فرۆید پێیشی وایە سروشتی ئاژەڵیی توندڕەوانەی زایەندی هەستێکە لە مرۆڤدا هەیە و خۆشەویستی و نەرمونیانینواندن تەنها پەردەی ئەو سروشتەن، بۆیە پاڵنەری زایەندی لای پیاو بەهێزترە و ژن نەرمونیانترە. هەروەها پێی وایە ئەو کۆمەڵگەیەی بەسەر منداڵدا هاوار دەکات و پێی دەڵێت، "منداڵ مەبە..ئەڵێی کچیت" لە ڕاستیدا بۆ وەلامدانەوە و نواندنی ڕەمەکە زایەندییە توندەکەی هانی دەدەن.

فرۆید دەڵێت باوک و دایک لە منداڵدا هەستکردن بە کەمی پەروەردە دەکەن. چوونکە پێیان وایە منداڵ خراپە، کاتێک پێچەوانەکەی دەسەلمێنێت و شایستەی خۆشەویستی دەبێت، ئەمەیش دواتر بۆ بەدەستهێنانی خۆشەویستی هەستی لاوازی و هەوڵدانی لا دروست دەکات.

تیۆری شیکاری بڕوای وایە منداڵ لەگەڵ دۆخی یەکگرتن، ئاوێزانبوون لەگەڵ دایکیدا دەژی. تەنانەت لەگەڵ گەورەبوونیشیدا ئەو یەکگرتنە دەبێتە پێویستی. یەکگرتنی منداڵ لەگەڵ دایکدا ڕەفتاری ئۆدیبی دەخولقێنێت و کچیش لەگەڵ باوکدا ڕەفتاری ئەلیکترایی، کە لەناوەوەیدا یەکگرتنێکی زایەندییە. تەنانەت لەگەڵ بوونی هەست و خواست بۆ یەکگرتن لەگەڵ خزمانیشدا ناوەڕۆکێکی زایەندیبوونی هەیە. مرۆڤ بۆیە لە هەوڵی

خۆشەویستیی مرۆڤێکی بێگانەدایە، چوونکە سێکس لەگەڵیدا ڕەوا و "حەرام" قەدەغە نییە.[١]

تیۆری شیکاری وا دەبینێت تەنانەت نیگەرانیی خۆشەویستان و ترسیان لە دابڕانیش لە بنچینەدا تێرکردنی خواستی زایەندی و نیگەرانیی پێتاندنە لای کوڕ. هەستکردنیش بە ئیرەیی کوژەر لە خۆشەویستیدا ڕەگوڕیشەی دەگەڕێتەوە بۆ ئیرەیی ئۆدیب لە باوکی وەک ڕکابەرێکی لەسەر خۆشەویستیی دایکی و بۆ ئیرەیی بە چووک لای ئەو مێینەیەی لێی بێبەرییە.

ڕاڤەی تیۆری فسیۆلۆژیانە بۆ خۆشەویستی:

ئەم تیۆرە خۆشەویستی بە ڕەفتاری ڕواڵەتی گۆڕانکارییە کیمیاییەکانی نێو جەستە دەبینێت و پێی وایە خۆشەویستی وەلامدانەوەی دوو پرسە:

یەکەم: گۆڕانە هۆرمۆنییەکان، تیۆرەکە وا دەبینێت کە خۆشەویستی تەنها لە کاتی پێگەییشتندا دێتە ئارا، واتە کاتێک گلاندە زایەندییەکان لە کوڕ و کچدا پێدەگەن و هۆرمۆنی ئیسترۆجین لە جەستەی کچ و ئەندرۆجین لە کوڕدا چالاک دەبن، ئیدی لە کچدا هێلکە و خولی مانگانە پەیدا دەبێت و لای کوڕیش تۆو ڕشتن، بەو هۆیەشەوە لە قۆناغی پێگەییشتندا خۆشەویستی سەر هەڵدەدات، کە لە واقیعدا دۆخی جووڵەی هۆرمۆنییە بۆ ڕوودانی جووتبوون.

دووهەم: بوونی مادەدی ئەبنفرین، کە ماددەیەکە لە کاتی دەر بڕینی سەرسوورمان بە شتێک یان بە کەسێکی تر لە مرۆڤدا بڕەکەی زیاتر دەبێت و فشاری خوێن بەرز دەکاتەوە و

---

[١] دیارە حەرام لێرەدا بەو مانا شەرعییەی، کە ئەو کەسانە نین مارەیان نایەت، دەنا هەر جۆرە پەیوەندییەکی سێکسی لەدەرەوەی شەرعدا حەرامە، بەلام مەبەستی فرۆید لە کەسانی دەرەوەی خێزان و خزمانە/وەرگێر.

ماسوولەکەکانیش گرژ دەکات و ترپەکانی دڵ و هەناسەیش زیاتر و پێست سوور دەکاتەوە، بەتایبەتی ڕوخسار و ڕوومەتەکان.

ئەم گۆڕانکارییانە لە مرۆڤدا تەنها لە دۆخی سەرسووڕماندەربڕیندا ڕوو نادەن، بەڵکوو لە هەموو هەڵچوونە توندەکانی وەک ترس، نیگەرانی، دڵەڕاوکێ، تووڕەییشدا ڕوو دەدەن. یەکەم کەسیش ئەم ماددەیەی دۆزییەوە١٩٦٤ Schachter کە دواتر ماددەکەی خستە جەستەی کەسانێکی ئامادەوە بۆ تاقیکردنەوە، دەرەنجامی هاوشێوەی دۆخی خۆشەویستی و هەڵچوونەکانی تری لێ کەوتەوە، کە پێشتر باسکران. بەڵام بەپێی جیاوازیی ئاستی هەستکردنی کەسەکان دەرەنجامەکانیش جیاواز بوون. توێژەری ناوبراو جەخت لەوە دەکاتەوە ئەگەر ئەم ماددەیە بدرێت بە مرۆڤ، ئاستی هەستکردنیان بە خۆشەویستی و شەیدایی لا بەرز دەکاتەوە.

ڕاڤەی تیۆری فێرخوازی بۆ خۆشەویستی:

ئەگەر ڕای تیۆری شیکاری بۆ خۆشەویستی دروستبوونی خۆشەویستی بێت لەسەر بنچینەی ڕەمەکەکان. تیۆری فێرخوازی پێی وایە خۆشەویستی هیچ بنچینەیەکی نییە. چوونکە مرۆڤ لاپەڕەیەکی سپییە و لەدوای لەدایکبوونییەوە شت فێر دەبێت بە خۆشەویستیشەوە. تیۆری فێرخوازی لە ڕاڤەکردنیدا پشت بە تیۆری پەیوەستی خۆشەویستی بە شتێکی ترەوە دەبەستێت، تیۆرەکە پێی وایە مناڵ بۆ یەکەم جار خۆشەویستی لە دایکەوە فێر دەبێت، واتە لە زەینیدا خۆشەویستی دەبەستێتەوە بەو بایەخ و سەرپەرشتییەی لە دایکەوە پێی دەدرێت، کە پاکوخاوێنی ڕادەگرێت و خواردن و خواردنەوە و دڵنیایی بۆ دابین دەکات.

بەو جۆرە مرۆڤ گەورە دەبێت و فێر دەبێت، کە خۆشەویستی پەیوەستە بە شتێکی دیاریکراوەوە. ئەوکات گوزارشتی،" ئەگەر

خۆشت دەویم ئەو کارەم بۆ بکە" دەبێتە بەڵگەیەکی تەواو بۆ سروشتی پەیوەستی ئەو هەستە لای مرۆڤ.

ئەم تیۆرە وا دەبینێت منال کە لەدایک دەبێت، جیاوازی ناکات لەنێوان دایکی و هەر ژنێکی تردا و ئەگەر ژنێکی تریش شیری بداتێ و پاکوخاوێنی ڕابگرێت خۆشەویستیی بۆی دەبێت، چوونکە خۆشەویستی فیترەیەکی ئاڕاستەکراو نییە بۆ کەسێکی دیاریکراو، بەڵکوو ڕەفتارێکە مرۆڤ فێری دەبێت و پەیوەستە بە تێرکردنی ڕەمەکەکانەوە. بە شێوەیەکی گشتییش، تیۆری فێرخوازی پەیوەست بە شتێکی ترەوە پێی وایە خۆشەویستی وەڵامدانەوەیەکی بەرمەبنای پرسێکی ئەرێنییە positive heinforcewert کە پرسێکی خۆشەویست و هاودەمی (Associateel) ئەو هەستە جوان و شیرینەیە.

تیۆری ئاوێزانبوون لە خۆشەویستیدا:

ئەم تیۆرە پێی وایە بنچینەی خۆشەویستی بریتییە لەو نزیکی و ئاوێزانبوونەی مرۆڤ لەسەرەتای دروستبوونیەوە بە ڕەحمی دایکیەوە دەنووسێت و دواتر خۆی دەلکێنێت بە سینگیەوە لەباوەشیدا، لەبەر ئەوەی ئاوێزانبوونەکەیش بۆ تێرکردنی ڕەمەکەکانە، بۆیە دەبێتە سەرچاوەی هەموو شتەکان.

ئەم تیۆرە دوور لە پرسی خۆشەویستی لای پێگەییشتووانەوە دەستبەکار بووە، ساڵی ١٩٥٢ هەردوو توێژەر جیمس ڕۆبرتسۆن و دینا ڕۆزنبلش یەکەم لێکۆڵینەوەیان لەبارەوە کردووە، ئامانج لە لێکۆڵینەوەکە ڕاڤەکردنی پەرچەکرداری منداڵانی نەخۆشی نێو نەخۆشخانەکان بووە، کە بێبەریبوون لەئامێزگرتنی دایکیان، بەڵام هەردوو توێژەر تێبینیی هاوشێوەیی خەم و ناسۆری ئەو منالانە و ئەو کەسانەیان کردوە، کە لە خۆشەویستانیان دابڕاون.

بەڵام باولبی (Bowlby) توێژەر، دواتر چوارچێوەیەکی

تری بۆ تیۆرییەکە دانا و وەک تیۆرێکی تر بۆ خۆشەویستی بەرجەستەی کرد. باولی پێی وایە مرۆڤ هەر لەسەرەتاوە لەگەڵ پێویستیی لەئامێزگرتندا لەدایک دەبێت. لەدایک دەبێت و دەخرێتە بێشکەوە، دایک لەئامێزی دەگرێت، دواجاریش کفن و گۆڕ لەئامێزی دەگرن. ئەم توێژەرە جەخت لەوە دەکاتەوە ئەو منالانەی لە لەئامێزگرتن بێبەرین بە سێ قۆناغدا تێدەپەڕن:

١ - قۆناغی وڕکگرتن (protest) کە بریتییە لە گریان و ژیرنەبوونەوە بە کەسانی تر.

٢ - قۆناغی نائومێدی (despair) کە خەمناکییەکی قووڵی تێدا بەدی دەکرێت.

٣ - دابڕان، واتە جیابوونەوە و نەنووسان بە دایکەوە تەنانەت گەر بێتەوە لایشی.

توێژەر پێی وایە خۆنزیککردنەوە لە دایک وێنە و شێوەی زۆرە، وەک جل ڕاکێشان و ...هتد. دواجاریش پێی وایە ئەو منالەی زیاتر لە دایکیەوە نزیکە زیاتریش تێکەڵی منالانی تر دەبێت و منالێکی ڕووخۆشە، بەلام منالی بێبەری لە دایک، وشک و خۆپەرست و خەمناک و گرینۆکە.

توێژەر تەئکید دەکاتەوە، کە سروشتی سۆزداریی مرۆڤ لە قۆناغی پێگەییشتوویدا پەرچەکرداری ئاست و ڕادەی تێرییەتی لەو نووسان و نزیکیە بە دایکیەوە لە منالییدا. هەروەها پێی وایە ئەگەر نزیکیی منال لە دایکیەوە پشت بە تێربوونی لە سەرپەرشتی و مانەوەی ببەستێت، ئەوا هەمان حاڵەت لە قۆناغی هەرزەکاریدا لە ڕووی بایۆلۆژی و عاتیفییەوە یەکسان دەبێت، بەلام لە قۆناغی پێگەییشتوویدا سەرپەرشتیی بەخشین و تێربوونی زایەندی دەبێت. توێژەر دەیەوێت لێکچوونی ئاوێزانبوونی نێوان خۆشەویستی و منالی بەم خالانە بخاتە ڕوو:

١ - هەردووکیان لەئامێزگرتنی یەکترییە.

٢ - هەردووکیان متمانە و دڵنیایی دەبەخشن.

٣ - بوونـی دایـک و خۆشەویسـت لەنزیکـەوە بەختـەوەری و کارلێکـی باشـتر بـە ژیـان دەبەخشـن و ترسـڕەوێنەرن.

٤ - ئەگەر دایک و خۆشەویست نەبن، یان بوون بەڵام نزیک نەبن، ئەوکات منـاڵ و خۆشـەویسـت هەسـت بەنیگەرانـی دەکـەن و نایانەوێت لـە ژیـان ورد ببنـەوە و توانـای بـەوردی سـەرنجدانیان نامێنێت.

٥ - وێنەکانـی ئاوێزانبـوون لای منـاڵ و خۆشـەویسـت بریتییـن لـە دەسـتپێوەگرتن، ماچکـردن، گریـان...

٦ - لـە دابڕانـدا منـاڵ و خۆشـەویسـت لـە هەوڵـی ئاوێزانبوونـی تـەواوی جەسـتەییدا دەبـن.

٧ - لـە دابڕانـدا هەردووکیـان دەگریـن، دەگـەڕێن، بانـگ دەکـەن، هانـا دەبـەن.

٨- هەردووکیـان گـەڕانـەوەی دوای دابڕانیـان هاودەمـی بۆڵـە و گلەییکـردن و گریـان و زیاتـر باوەشـپێداکردن دەبێت.

٩ - لـە ژیانـدا لەگـەڵ بەختەوەریـی ئاوێزانبـوون و نزیکبووندا، منـاڵ و خۆشـەویسـت بەشـداریی گـەمـەکان دەکـەن و دیـاری دەدەن بـە کەسـانی تـر، یـان هەوڵـی قاییلکـردنیـان دەدەن.

١٠ - منـاڵ و خۆشـەویسـت لـە ڕوخسـاری دایـک و خۆشـەویسـت زۆر ورد دەبنـەوە و دەیانەوێت ئـەو سـیمایە جوانتـر ببینن.

تیۆری خۆڕسکی لە خۆشەویستیدا:

چەمکـی هەسـتی خۆڕسـکی لـە خۆشـەویسـتیدا لای مـرۆڤ بەتایبەتـی، نـاوی زۆری لـێ نـراوە، کـە هەموویـان لـە تـەوەری یـەک بیرۆکـەی بنچینەییـدا خـول دەخـۆن و بریتییـە لـەوەی خۆشـەویسـتی هەسـتێکی خۆڕسـکانەیە لەگـەڵ لەدایکبوونـی مـرۆڤ خۆیـدا

لەدایک دەبێت. دکتۆر سووتی (suttee) لە کتێبی *بنچینەی ڕق و خۆشەویستیدا* دەیەوێت هەموو ئەو بیروبۆچوونانە هەڵبوەشێنێتەوە، کە وەک نەخۆشی یان پەردەیەک بەسەر ئاژەڵێتیی مرۆڤەوە مامەڵە لەگەڵ هەستی خۆشەویستیدا دەکەن لە لێکۆڵینەوەکەیدا دژایەتیی فرۆید دەکات، کە پێی وایە مرۆڤ خۆشەویستی بۆ داپۆشینی خواستی تێرکردنی ڕەمەکانی داهێناوە.

سووتی پێی وایە خۆشەویستی ڕەنگدانەوەی ئەو پرسە خۆڕسکانەیە لەگەڵ مرۆڤدا لەدایک دەبن و یەکەمیشیان ڕەمەکی نەرمونیانییە (instinct of tenderness) کە وا دەکات مرۆڤ بە سۆز و بەزەیی و دڵنەرم بێت و حەزیش بکات خەڵکی بەرانبەری هەمان هەست بنوێنن، ئەمەیش لە شێوەی خۆشەویستی و یەکتری خۆشویستندا دەبێت.

ئەم توێژەرە دەڵێت، ئەنگێزەی کۆمەڵایەتی و پێویستی بۆ هاوڕێیەتی هەستی خۆشەویستی پێک دێنێت، ئەویش لەپێناوی پەیوەندیی دوولایەنەی مرۆڤەکان لەنێو خۆیاندا. بۆیە خۆشەویستی وەک هەر پێویستییەک لە پێویستییەکانی تری مرۆڤ، پرسێکی بنچینەییە نەک لە دەرەنجامی پرسی تردا بێت، وەک فرۆید پێی وایە خۆشەویستی زادەی پێویستیی زایەندییە. ئێمەیش لەو بڕوایەداین، کە شکستی زانایان لە پەیبردندایە بە دواین ڕاڤە و لێکدانەوە بۆ خۆشەویستی و سەرکەوتنی ئەدیب و شاعیرانیش لەوەدایە بە فیترەتێکی مرۆییانە مامەڵەیان لەگەڵ خۆشەویستیدا کردووە و توانیویانە قەناعەت بەخەڵکی بهێنن

تیۆری سوودگەری لە خۆشەویستیدا:

پەیڕەوکەرانی ئەم تیۆرە وا نابینن هەستی خۆشەویستی تەنها ئامرازێک بێت بۆ بەدیهێنانی بەرژەوەندییە دەروونی و

جەستەییەکان. بەڵکوو پێیان وایە سەرەتای بنچینەی خواستی سوودمەندبوون لە خۆشەویستیدا لەنێوان دایک و منداڵدا دەست پێدەکات. واتە دایک بە خواردن و پاکڕاگرتن و تێرکردنی ناوەکی و دەرەکیی منداڵ دابین دەکات. لەبەرانبەریشدا دایک بە ماچکردن و لەخۆگرتن و پاراستنی لە جیهانی دەرەکی سووکنایی دەروونی بۆ خۆی دابین دەکات، کەواتە خۆشەویستیەکی دوو جەمسەریی سوودگۆڕینەوەیە.

ئەم تیۆرە پێی وایە مرۆڤ گەورە دەبێت و بەرژەوەندییەکانیشی دەگۆڕێن، مرۆڤ کە پێگەییشت مرۆڤێکی تری پێویستە خواستە زایەندییەکانی تێر بکات و بیپارێزێت و پەیوەندییەکانی لەگەڵ خودی خۆیدا باشتر بکات. ئەم کارە ئەگەر خۆشەویستی نەیکات کێ بۆی دەکرێت؟

شوێنکەوتووانی ئەم تیۆرە دەڵێن ئێمە بۆیە خەڵکمان خۆشدەوێت، تا شتێک بکەن، یان بەپێچەوانەوە خەڵکی شتێک بکەن، تا هەست بکەن ئێمە خۆشمان دەوێن.

تیۆری خووگرتن بە خۆشەویستیەوە":

ئەم تیۆرە جەخت لە دوو خاڵ دەکاتەوە:

خۆشەویستی حاڵەتێکی ئاسایی، یان نەخۆشییەکی دەروونی، یان کۆمەڵێک گرێیە لە دۆخی خووگرتن دەچێت بە ماددەی ئارامیبەخشەوە. یان پەنابردن بۆ خۆشەویستی وەک گەڕانە بەدوای جێگرەوەیەکی دڵخۆشکەر، وەک پەنابردن بۆ ماددەی هۆشبەر بۆ دڵخۆشبوون.

هەندێ لە شوێنکەوتووانی ئەم تیۆرە دەڵێن، هیچ پەیوەندییەک لەنێوان خۆشەویستی و خووگرتندا نییە تەنها ئەوە نەبێت هەردووکیان لە گەڕاندا بۆ دڵخۆشکەرێک نموونەگیری دەکەن،

بەڵام بۆچوونی تر هەن، کە پەیوەندی نێوان خۆشەویستی و خووگرتن بەم جۆرە هەڵدەسەنگێنن:

١ - مرۆڤ لە خۆشەویستی و خووگرتندا بە ماددەی هۆشبەرەوە بە ئەزموونێکی بەهێزدا دەڕوات، کە لەناوەوە دەیهەژێنێت. هەردوو حاڵەتەکە وا دەکەن مرۆڤ خۆی لە جاران زیاتر ببینێت و خۆشحاڵتر و کراوەتر بێت بە ڕووی جیهانی دەرەکیدا.

٢ - لە خۆشەویستیدا ڕێز و بەهاداری بۆ خۆشەویست هەیە و وا دەکات چاوپۆشی لە هەڵەکانی کەسی خۆشویستراو بکرێت و لە بەرچاوی خەڵکیدا بەرگریشی لێ بکرێت. لە خووگرتنیشدا بە هەمان شێوە، خووگرتوو بەرگری و داکۆکی لە خووگرتنەکەی دەکات. خۆشەویستی وا دەکات کەسی ئەویندار ڕەخنەکان قبوڵ بکات و خووگرتوویش خەڵکی هەرچی پێ بڵێن قبوڵی دەکات ئەگەر هەستیشی بریندار بکرێت.

٣ - خۆشەویستی توانا و گونجانی مرۆڤ لەگەڵ شتە نوێکانی ژیاندا دەخاتە ڕوو. خووگرتنیش بە هەمان شێوە ئەو توانای گونجانە لای مرۆڤ دەخاتە ڕوو. هەردوو ئەویندار و خووگرتوویش خاوەنی دوو جیهانی ئەندێشاویی تایبەتی خۆیانن.

٤ - خۆشەویستی و خووگرتن بڕێکی زۆر لە ئازار و بەختەوەری لەخۆ دەگرن. ئەوینداران لەپای شەیداییيان هەست بە ئازارێکی زۆر لە دڵودەروونیاندا دەکەن. خووگرتووانیش بە هەمان شێوە هەست بەو ئازارە دەکەن، کە خووگرتن بە دەروون جەستە و پێگەی کۆمەڵایەتییان دەگەیێنێت، بەڵام هەردووکیشیان هێندە بەو ئازارە خۆشحاڵ و بەختەوەر دەبن، کە بە هۆیەوە هەستکردنیان بە ئازار کەمتر دەبێتەوە. تێبینی دەکرێت هەردووکیان هەڵگری ڕەفتاری سادیزم و ماسنۆشین، چوونکە دەمێک خۆیان دڵڕەقن و دەمێکیش چێژ لەو دڵڕەقییە دەبینن

ئەمیان لەلایەن خۆشەویست و ئەویان بەهۆی خووگرتنەوە لە ئاستیان دەنوێنرێت.

٥ - ئەویندار و خووگرتوو هەمیشە لە ترس و دڵەڕاوکێدان و خۆنەویستانە هان دەدرێن بۆ چوون بۆ لای خۆشەویستەکەی، ئەوی تریشیان بەلای ئەو ماددەیەوە کە خووی پێوە گرتووە، تەنانەت گەر بزانێت تووشی زیانیش دەبێت، هەردووکیشیان ناتوانن هەست و خووگرتنیان کۆنترۆڵ بکەن.

٦ - هەردووکیان دەیانەوێت کارێک بکەن خۆشەویست و ماددە هۆشبەرەکەیان بمێنێت، بۆیە خۆشەویست دەیەوێ هەمیشە لە خۆشەویستەکەی نزیک بێت و خووگرتوویش دەیەوێ هەمیشە ئارامیبەخشەکەی لە بەردەستدا بێت.

٧ - خووگرتوو بە خۆشەویستی و خووگرتوویش بە ماددەی هۆشبەر یان ئارامیبەخشەوە، دەیانەوێت بە پەنابردن بۆ خۆشەویست و ماددەی ئارامیبەخش لە کێشە دەروونییەکان و هەلومەرجی دەرەکی هەڵبێن.

بۆیە کاتێک ئەم دوو حاڵەتە هاوشێوە دەبن، واتە خۆشەویستی و خووگرتن بە ماددەی هۆشبەر و ئارامیبەخشەوە، ئیدی ئەو جۆرە خۆشەویستییە نەخۆشییە و هەندێ کەموکورتی تێدایە و دەکرێت لە بازنەی نیشانەکانی خۆشەویستیدا دابنرێت، کە دواتر قسەیان لەبارەوە دەکەین.

شیرەخۆرە پێویستی بە چەندە خۆشەویستیە؟

قۆناغی شیرەخۆرەیی واتە ساڵی یەکەم و دووەمی تەمەنی مناڵ. لەم قۆناغەدا مناڵ پێویستی بە بایەخدان هەیە بە جەستەی، واتە پاکوخاوێنی و تێری بە شیرپێدانی، چوونکە مناڵ گەر تێر و پاکوخاوێن نەبێت نیگەران دەبێت. بۆیە دەبێ مناڵ تێر و پاک ڕابگیرێت تا هەست بە دڵنیایی و خۆشەوێستی بکات و ئەو نیگەرانییەی کەم بکرێتەوە.

لەم قۆناغەدا مناڵ هاوکات پێویستی بە خۆشەویستیەکی ناسک هەیە، واتە دەستدان بەنەرمی لە جەستەی. بەخشینی بڕێک خۆشەویستی و بەنەرمی دەستلێدان بە مناڵ لەم قۆناغەدا وا دەکات بە شێوەیەک گەورە بێت، کە دەبێ ئەویش بەو جۆرە مامەڵە لەگەڵ دەوروبەریدا بکات و توانای هاوڕێیەتی هەبێت، بەتوانایش بێت لە دەرخستنی خۆشەویستیدا.

لەم قۆناغەدا مناڵ تێدەگات، کە مرۆڤە و ژیان دەناسێت. لە مانای دڵنیایی و خۆشەویستی و نەرمونیانی دەگات. بێگومان چەندە بایەخ و خۆشەویستی پێ بدرێت. دواتر هێندەیش بە کەسانی دەوروبەری دەبەخشێت. ئەو مناڵە شیرەخۆرەی لەم قۆناغەدا لە سۆز بێبەری دەکرێت کەسێکی وشک و توورە و خۆپەرست و سەرسەخت دەر دەچێت.

بەڵام لەم قۆناغەدا دەبێ بزانرێت چەند خۆشەویستی بە منداڵ دەدرێت، چوونکە نازپێدان ڕاستە پێویستە، بەڵام زیادەڕەویکردن لەباوەشگرتن و خاوێنکردنەوە ڕەنگە هەستکردنی بە ژیان و بە دەوروبەریشی بمرێنێت و خودسەنتەری بکات.

وێنەی خۆشەویستی لە قۆناغی منداڵیدا چۆنە؟

قۆناغی منداڵی ساڵانی سێ - دوانزە ساڵی دەگرێتەوە، کە تیایدا منداڵ ئیدی دەکەوێتە پێکهێنانی وێنەیەک لەبارەی خودی خۆیەوە. لەم قۆناغەدا خێزان دەبێ هاوسەنگی ڕابگرن و لە هیچ بیروبۆچوونێکدا زیادەڕەوی نەکەن. واتە نە وەک خۆی چۆنە قبوڵ بکرێت و نە بەتەواوییش ڕەت بکرێتەوە. نە پشتگوێ بخرێت و نە زیادلەپێویستیش بایەخی پێبدرێت. چوونکە هەر زیادەڕەوییەک دەبێتە هۆی تێکشکاندنی خواستی خۆشەویستی لای منداڵ.

ئەو منداڵەی لە ژینگەی زیادەڕەویی بایەخپێداندا دەژی و باوک و دایک هەموو ئیشێکی بۆ دەکەن و لە هەموو جووڵەیەکیدا چاودێریی دەکەن و بۆ هەموو شتێک دەبێ بە قسەی ئەوان بکات. بێگومان منداڵی لەو جۆرە هەرگیز بەهێز و تۆکمە نابێت و ناتوانێت پشت بە خۆی ببەستێت، پشتبەخۆبەستنیش بۆ گەشەسەندن لەو قۆناغەدا زۆر پێویستە. منداڵی لەو جۆرە ناتوانێت خۆی لەبەر قورساییەکانی ژیاندا ڕابگرێت بە هەستی خۆشەویستییشەوە، هەر وەک ناتوانێت بەشێوەیەکی گشتی لەبارەی ژیان و بەتایبەتیش لەبارەی خۆشەویستی و هەستوسۆزەکانیەوە بڕیاری خۆی بدات. کە گەورەیش دەبێت دەبینین ناتوانێت یەکلایی بکاتەوە، کە ئاخۆ فلانی خۆش دەوێت. یان سووره لەسەر مانەوەی پەیوەندیی لەگەڵیدا.

گرنگترین خاڵ لەم قۆناغەدا ڕاهێنانی منداڵە لەسەر هونەری پەیوەستییە کۆمەڵایەتییەکان. واتە ڕاهێنانی لەسەر هاوکاری و

بەشداری و کەمکردنەوەی لەدەوری خودسەنتەرگیری، کە لە قۆناغی شیرەخۆرییەوە بۆی ماوەتەوە و ئەگەر بە بەشداری و تێکەڵبوونی بە کەسانی تر ئەو خودسەنتەرییە تێک نەشکێنرێت، بێگومان دواجار کەسێکی خۆپەرستمان بۆ دەر دەچێت.

لەسەرەتای تەمەنی سێ ساڵییەوە دەبێ خێزان بەرپرسیارێتیی فێرکردنی ئەرکی هاوسەنگکردنی منداڵ و گەشەسەندنی لەگەڵ کەسانی تردا لەئەستۆ بگرن بۆ ئەوەی منداڵ ببێتە خاوەنی خۆی. واتە کەسێک بێت خەسڵەتی تایبەتی جیاوازی لە منداڵانی دەوروبەری هەبێت، منداڵ ڕەنگە بەرەنگاری ئ حاڵەتە بێتەوە، بەڵام خۆشەویستی نەک سزادانی بەڵکوو چاوکراوەتری دەکات، چوونکە منداڵ لەم قۆناغەدا خۆپەرستە و شت ڕەت دەکاتەوە و ڕەنگە گۆشەگیر دەر بچێت. کە پەنجەمژین و شتنەخواردن و شەڕەنگێزی نیشانەکانین.

ئەم کارە ئارامی دەوێت، دوای تەمەنی پێنج ساڵی منداڵ کراوەتر و تێگەیشتنی زیاتر دەبێت. ئەگەر بەخۆشەویستی و هێمنییەوە هاوکار و یارمەتیدەری بین و سووربین لەسەر فێرکردنی، بێگومان شێوەی خۆی پێکدێنێت، دەزانێت خۆی چیی دەوێت و خەڵکیش چییان دەوێت. دواجاریش دەبێت تۆوێک بۆ ئەویندارێکی دادپەروەری پێگەییشتوو.

لەم قۆناغەدا پرسی ئەدەب و جوانڕەفتارکردن، گوفتاروتن زەحمەتە، چوونکە منداڵ چێژ لە وروژاندنی تووڕەیی گەورەکان وەر دەگرێت و زۆر سزادان و فەرمانپێکردنی چاکی ناکات هێندەی تووڕە و سەرشێتتری دەکات. بە پلەبەندی و هێمنی دەتوانین منداڵێک پێک بێنین مانای ڕەوشتەکان بزانێت و بەباشی ڕەفتار لەگەڵ هەستی خۆشەویستیدا بکات.

لەم قۆناغەی تەمەنی منداڵدا ئیرەیی دێتە ئارا، بەتایبەتی لە ئاستی منداڵی دوای ئەودا، کە لەدایک دەبێت. دەبێ بەژیری مامەڵە

لەتەک ئەم ئیرەییەی منالّدا بکرێت. تا دوارۆژ ئەویندارێکی نەخۆشی دەستی ئیرەییمان بۆ دروست نەبێت. لە ڕاستیشدا زۆرینەی نەخۆشانی دەست ئیرەیی ئەو منالانەن بەمنالی ئیرەییان بە منالی دوای خۆیان بردووە.

دەبێ کاتی تەواو بۆ منالی یەکەم تەرخان بکرێت، تێبگەێنرێت کە منالی تازەلەدایکبوو کەسێکی بێتوانایە و دەبێ پێویستییەکانی بۆ دابین بکرێت، ڕەنگە ئەویش لە دابینکردنیاندا بەشدار بێت و بەزەیی بە منالەکەدا بێتەوە.

ئیرەیی ڕق و کینە و تووڕەیی لە منالی تازەلەدایکبوو و لە دایک و باوکیش دروستدەکات. بۆیە هەر ڕکابەریکردنێکیش دواتر بێتە ئارا، هەمان ئەزموونی پێشوو زیندوو دەکاتەوە و ڕق لەو کەسانە هەڵدەگرێت سەیری خۆشەویستەکەی دەکەن. ئیرەییەکی شێتانەیش لە ئاستی هاوسەر و منالەکانی پەیڕەو دەکات.

منالی ئیرەییبەر ڕەنگە هەست بە شکست و شەرمەزاری بکات و خودی خۆی ئازار بدات. دوارۆژیش دەبێتە ئەویندارێکی ماسۆشی، واتە حەز بە ئازاردانی خۆی دەکات.

چارەسەری ئیرەیی و بەدانایی مامەڵەلەگەڵکردنی گرنگترین خالە لەم قۆناغەی تەمەندا، ڕەنگە کارکردن بەوەی منال هەست بەوە بکات کەسێکی باش و دیارە ڕەفتارێکی باشیش دەبێت.

پەیوەندیی نێوان خۆشەویستیی منال و تواناکانی؟

دەرخستنی خۆشەویستی بۆ منال زۆر پێویستە بۆ گەشەسەندنی بەگشتی. چوونکە خۆشەویستی منال لە ڕووی جەستەیی، دەروونی، عەقڵییەوە تەندروستتر دەکات.

لێکۆڵینەوە بایەخدەرەکان بە منال لە توێژینەوە و ئامارەکاندا جەخت لەم ڕاستییە دەکەنەوە. ئێمەیش لە تێبینییە ئاساییەکانی

ژیانی ڕۆژانەماندا دەبینین ئەو منداڵەی هەست دەکات خۆشەویستە، بەختەوەرتر و سەرفرازترە.

منداڵ چەندە بچووکتر بێت، هێندەیش لە ڕووی عەقڵییەوە لێکدانەوەی بۆ هۆکاری خۆشەویستی و هۆکاری نەبوونی خۆشەویستی لە ژیانیدا، لە کاتی ڕاڤەکردنیدا بۆ خۆشەویستی، سنووردار و دیاریکراوە و خۆکردانە کارلێک لەگەڵ ئەو بوون و نەبوونی خۆشەویستیەدا دەکات. ئەگەر ئەو منداڵەی لە خێزانێکدا دەژی پەیوەندیی خۆشەویستیی خێزانی تێدا نییە و خۆشەویستی لە ئاستدا دەر نابڕن منداڵێکی خەمناک دەبێت، درەنگ شت وەر دەگرێت، متمانەی بە تواناکانی نابێت، ئەوا هەموو تێبینیەکانی ڕۆژانە و لێکۆڵینەوە زانستییەکان تەئکید دەکەنەوە، منداڵێک لە خێزانێکدا بژی خۆشەویستی لە ئاستدا بنوێنرێت و بواری بۆ بڕەخسێنرێت، ئەویش خۆشەویستیی خۆی بۆ ئەندامانی خێزانەکەی و دەوروبەری دەر بڕێت، بێگومان منداڵێکی تەندروستە و چاوەڕێی داهێنان و ئەفراندنی لێ دەکرێتSHainess 1989

خۆشەویستی لە قۆناغی هەرزەکاریدا چۆن دەبێت؟

قۆناغی هەرزەکاری واتە تەمەنی دوانزە – بیستویەک ساڵی، کە بە قۆناغی هەست و سۆز و فشارەکان ناسراوە. پێگەیشتووان ئەم ناوەیان لێ ناوە. هەرچەند لە واقیعدا هەرزەکار خۆیشی لەم قۆناغەدا لە ڕووی سۆزدارییەوە زیاتر پێدەگات. وەک خۆی بەپێچەوانەوە دەیبینێت. بێگومان هەڵە تایبەتەکانیشی لەبارەی خۆشەویستی و سێکسەوە کەمتر دەبنەوە.

لەم قۆناغەدا هەرزەکار لە ململانێدا دەژی لەنێوان خواستیدا بەوەی خەڵکی قبوڵی بکەن و خواستی بۆ ئەوەی خودی خۆی بێت و پاشکۆی کەس نەبێت. ئەو هەرزەکارەیشی بۆ بەدیهێنانی ناسنامەکەی یارمەتیدەری هەبێت باری سۆزداری سەقامگیرە.

زۆرینەی هەڵەکانی ئەم قۆناغە لە نەبوونی خۆشەویستییەوە سەرچاوە دەگرن. بۆیە چەندە خۆشەویستیی پێ ببەخشرێت هێندەیش کاریگەربوونی بە هاوەڵانی و ملکەچبوونی بۆیان کەمتر دەبێت. بۆ ئەوەی هەرزەکار بەشێوەیەکی هەستوسۆز هاوسەنگتر گەشە بکات، دەبێ گەورەکان هاوسەنگی ڕابگرن لەنێوان بەتوندی مامەڵەلەگەڵکردنی و زیادەڕەوی لە نازپێدانیدا.

هەرزەکاری واتە پێگەیشتنی گلاندە زایەندییەکان. هەستکردنی زایەندییش لای هەرزەکار گرنگترین پرسە لەو قۆناغەی تەمەندا و ئاڵۆزییەکی لا دروست دەبێت و خۆشەویستی و سێکس تێکەڵ بەیەک دەکات، بۆیە پێویستە لەسەر درکاندنی بۆچوونەکانی ناخی ڕابهێنرێت و دەرفەتی دەربڕینی بۆچوونەکانی بۆ برەخسێنرێت، چوونکە زۆرێک لەو هەڵە و چەواشەبوونانەی بەهۆی ئەو گۆڕانە زایەندییانەوە دێنە ئارا، دەکرێت بە دیالۆگ خۆیان لێ دوور بگیرێت یان کەم بکرێنەوە. دەبێ خانەوادە کارێک بکەن هەرزەکار گۆڕانە جەستەییەکانی قبوڵ بێت، چوونکە تووشبوونی بە هەرجۆرە شکست و نائومێدیەک ڕەنگە بەدرێژاییی ژیانی لەگەڵیدا بمێنێتەوە. کەواتە دیالۆگ و دواندنی گرنگە و دەبێ تێبگەیەنرێت، کە ئەوەی هەستیان پێ دەکات چییە. وێڕای گاڵتەنەکردن بەوەی ئەو بە خۆشەویستی دەزانێت. بەڵکوو دەبێ وای لێ بکرێت قبوڵی بکات و شیکار و لێکدانەوەی بۆ هەبێت. هەرزەکار هەڵچوون و گەرموگوڕی و سەرچڵی، یان شەرم و نهێنیی خۆی هەیە، ئەم دوو بارە بۆ ئەو باش نابێت کاتێک دەکەوێتە خۆشەویستییەوە. چاودێری و ڕێنمایی یکردنی هێمنانە بۆ دوورگرتنی لە هەڵە زایەندییەکان لەو قۆناغەی تەمەنیدا زۆر پێویستە.

هەرزەکار هەست و سۆزی خۆپەرستانەی تێدایە و دەیەوێت هەمیشە ئەو کەسەی لەلا بێت، کە خۆشی دەوێت ئەمەیش یان

کێشـە و گرفتـی کۆمەڵایەتـی بـۆ دروسـت دەکات. بەتایبەتـی لـە کۆمەڵگـە پارێزگارەکانـی، وەک کۆمەڵگـەی ئێمـەدا. یـان کێشـە و گرفتی لـە خوێندنـدا بـۆ دێنێتـە ئـارا.

هـەرزەکار لـە سـۆزداریی خۆشەویسـتییدا نموونەیەکـی پەرگیرییـە، چوونکـە بـڕوای بـە ئەسـتەم و ناکرێـت نامێنێـت و وەک مافـی خـۆی خۆشەویسـتییەکی دەوێـت، کـە دەرەنجامێکـی بەختـەوەری هەبێت. هەرچەند لەپای بەدینەهێنانـی ئـەو خواسـتەیدا هەسـت بـە بێتوانایـی و نائومێـدی دەکات.

گرنگتریـن خـاڵ ئەوەیـە، کـە هـەرزەکار ڕەنگـە هەنـدێ پرسـە سـۆزدارییەکانی لا تێـک بچێـت و نهێنیـی سەرنجڕاکێشـانی بـۆ مامۆسـتاکەی، کە لـە هەمـان ڕەگـەزی خۆیەتـی یـان بـۆ هاوڕێکـەی نەزانێت،یان نەزانێت بۆچـی خوشـکەکەی بـەو کراسـەوە سـەرنجی ڕاکێشـاوە، بۆیـە دەکەوێتـە نێـو ململانێـی هـزر و بیرییەکانیـەوە و دەپرسـێت،" ئایـا مـن کەسـێکی سروشـتیم یـان نەشـازم"کرانەوە بـە ڕووی خێزانـدا یارمەتیـدەری دەبێـت لـە تێپەڕاندنـی ئـەم قۆناغـی ئاڵۆزییـەی.

هـەرزەکار لـەو قۆناغـەدا ئەگـەری تاقیکردنـەوەی ئەزموونیـی سێکسـیی لـێ دەکرێـت لەگـەڵ هاوشـێوەکانی خۆیـدا بێـت یـان لەگـەڵ ئاژەڵانـدا. هەمـوو ئەمانەیـش دەشـێت هەڵـە بـن یـان فشـار لەسـەری. بۆیـە بوونـی پەیوەندیەکـی باشـی خێزانـی لـەو تەمەنـدا ئـەو گرفتانـە ناهێڵێـت.

بۆچی کچێک پیاوێکی کامڵی خۆش دەوێت؟

هـۆکاری سـەرەکی لـە خۆشەویسـتیی کچۆڵەیـەک بـۆ پیاوێکـی کامڵـی بەتەمـەن دەگەڕێتـەوە بـۆ گەڕانـی کـچ بـەدوای وێنـەی باوکێتـی لای ئـەو پیـاوە. ئـەو کچـە ئەگـەر تەمەنـی هـەژدە سـاڵان بێت بۆ نموونـە. ئـەوا بێگومـان باوکـی ڕاسـتەقینەی دەبێ پیاوێکـی

کامڵ بێت..کەواتە لە خۆشویستنی پیاوێکی لە تەمەنی باوکیدا لە بەدەستهێنانی سۆزدایە نەک ئەشق.

کچۆڵە هاوکات لە بەستنی پەیوەندیی سۆزداریدا بە پیاوێکی بەتەمەنەوە هەلێک دەقۆزێتەوە بۆ ناز و عیشوەکردن، هەرکاتیش هەڵەیەک بکات پیاوەکە لە گەنجێک زیاتر چاوپۆشی لێ دەکات و ڕەنگە گەنجەکە ئەو ناز و عیشوەیەی زۆر لێ قبوڵ نەکات. ڕەنگە هەندێ لەو کچۆڵانە مەبەستیان دەستکەوتی ماددی و دەروونی بێت. هەروەک دەشێت ئامانجیشی لێی بەدەستهێنانی ئەزموون و حیکمەتوەرگرتن بێت لە ژیاندا بەگشتی، لە سێکسیشدا بەتایبەتی.

ئەشقی کچی پێگەیشتوو بۆ کوڕێکی تازەپێگەیشتوو چی دەگەیەنێت؟

لە هەموو کۆمەڵگەکاندا بووەتە نەریتی گشتی، کە جیاوازیی تەمەنی نێوان هەردوو ڕەگەز پەیوەند بە خۆشەویستی و هاوسەرگیرییەوە قبوڵ بکرێت، بەتایبەتی کە پیاو لە ژن گەورەتر بێت. لێ کاتێک ژن لە پیاو گەورەتر دەبێت قبوڵ ناکرێت. دەکرێت بۆ ئەشقی کچێکی پێگەیشتوو بۆ منداڵێکی تازەپێگەیشتوو چەند لێکدانەوەیەک هەبێت:

- هەوڵدان بۆ ئەوەی خۆی بە گەنج و چالاک دابنێت.
- خواستی بۆ زاڵبوون بەسەر پیاوێکی لە خۆی بچووکتر لەڕێی بەکارهێنانی ئەزموونی ژیان و سێکسی بەتایبەتی.
- بینینی ڕۆڵی سەرەکی لەو پەیوەندییەدا بۆ قەرەبووکردنەوەی ئەو ڕۆڵە لاوەکییەی پێشتر لە خێزان و لە سایەی مێرد، باوک، برادا بینیویەتی.
- یان حاڵەتێکی گەڕانەوە و پاشەکشێیە بۆ قۆناغی هەرزەکاری، کە پێشتر بەباشی ئەو قۆناغەی نەبڕیوە و کاتی خۆی خەونی بە گەنجێکی لەو جۆرەوە بینیوە.

- خواستی سێکسی قەدەغە و حەرامکراو لە ئاستی برا، کوڕ، کە ئەو بە خۆشویستنی تازەپێگەییشتوویەک قەرەبووی دەکاتەوە.

جیاوازی نێوان خۆشەویستی لە تەمەنی بیست ساڵی و پەنجا ساڵیدا چییە؟

دەتوانین تەئکید بکەینەوە، کە بەپێی گۆڕانی تەمەن جیاوازی لە هەست و سۆزی مرۆڤدا دەبێت و ئەمەیش پرسێکی هاوڕەوتی سایکۆلۆژیای گەشەسەندنە. منداڵی تازەلەدایکبوو تەنها وەر دەگرێت، خۆشەویستن و خواردن و خواردنەوە و پاکڕاگرتنی بەسە، بەو جۆرەیش گەورە دەبێت و لەبریی بەخشین لە وەرگرتن بەردەوام دەبێت، بەڵام لەگەڵ گەورەبووندا وەرگرتن و بەخشین دەبێتە پێویستی لە ژیاندا و مرۆڤ ئەرک و مافەکانی دەناسێت و لە تەمەنی بیست - چل ساڵیدا، کە قۆناغی پێگەییشتنە زیاتر دەر دەکەوێت، لە کاتێکدا لە تەمەنی پەنجا ساڵیدا مرۆڤ گەورە دەبێت و تێدەگات خۆی بەشێکە لە پرۆسەی بەخشین. بگرە وەک کەسێکی پێگەییشتوو دەبێ بۆ کەسانی لە خۆی بچووکتر زۆر بەخشندە بێت، ئەم خواستە خۆشەویستیش دەگرێتەوە. بۆیە وتراوە ،" بەتەمەن نازبەخشە" واتە سەخییە لە بەخشندەییدا[1].

ئایا ئەوینداری بەتەمەن لە وەهمی خۆشەویستیدایە؟

لە تەمەنی پێگەییشتووییدا دەشێت پیاو یان ژن بکەوێتە خۆشەویستییەکی ڕاستەقینەوە، کە بەرمەبنای عەقڵ یان عاتیفە بێت. بەڵام لە زۆرینەی بارەکاندا ئەم هەستوسۆزە گەرمەی، کە دڵی پیاو یان ژنێکی کامڵی پەیوەندیدار بە کەسێکی ترەوە

---

١ مەبەست لە بەخشندەیی سۆز و خۆشەویستیە/ وەرگێڕ

گرفتار دەکات، ڕەنگە هەندێ هۆکاری تری جگە لە خۆشەویستی هەبێت:

١- ڕەنگە بەشێوەیەکی گشتی پێویستی بێت بە خۆشەویستی، واتە ئەم ئەویندارە لە حاڵەتی خۆشەویستیدا نییە و کەسەکەی خۆش ناوێت هێندەی حاڵەتی خۆشەویستییەکەی خۆش دەوێت، ئەوکات کەسی خۆشویستراو دەبێتە ئامرازێک بۆ گوزارشتکردن لەو پێویستییە بە خۆشەویستی.

٢ - لەدەستدانی هاوڕێیەکی ئازیز، یان نەبوونی هاوڕێیەک، دەرگا دەکاتەوە بۆ قەرەبووکردنەوەی لە ڕێگەی هەستی خۆشەویستییەوە.

٣ - خۆشحاڵنەبوون بە ئیشوکاری ڕۆژانە، هەستکردن بە ساردوسڕی و ڕۆتین بەشێوەیەکی گشتی. وا دەکات بە ورووژانێک، بە هەستکردن بە خۆشەویستییەکی نەستەکی ئەو ڕۆتینە بشکێنرێت.

٤ - هەستکردن بەتەنهایی تەنانەت لە بوونی هاوسەر و ماڵ و منالیشدا لەنزیکەوە، دەبێتە هۆکاری وەدەستهێنانی نزیکبوونەوەیەکی سۆزداری لە کەسێکی ترەوە، کە ئەو هەستکردن بەتەنهاییەی لەکۆڵ بکاتەوە.

٥ - بێمتمانەیی بە خود، ئیتر بێمتمانەیی بە شێوە و ڕوخسار بێت یان بێتوانایی زایەندی، بێتوانایی لە ئیشوکار و بێبەهرەیی، هەموو ئەمانە ڕەنگە کەسەکە بەرەو خۆشویستنی کەسێک بەرن، خۆشویستنی کەسێک، کە پێی بڵێت لای ئەو نرخ و بەهایەکی هەیە و ئەمەیش ببێتە هۆی گەڕانەوەی متمانە بە خود.

هۆکاری تریش هەن، کە بە کۆیان پێمان دەڵێن مرۆڤ ڕەنگە بکەوێتە وەهمی خۆشەویستییەوە، پرسەکەیش لە بنچینەدا ڕەنگە پێویستی و هۆکاری تریشی هەبێت، کە لە خۆشەویستیدا دەمامکی نوێ بۆ بەدیهێنانیان بەدەست دەهێنرێت.

بۆچی خۆشەویستی تەنها بە دڵەوە پەیوەند کراوە؟

دوو هۆکاری سەرەکی هەن بۆ پەیوەستکردنی خۆشەویستی بە دڵەوە، نەک بە ئەندامەکانی تری جەستەوە، وەک سیەکان و ...هتد.

هۆکاری یەکەم، دەگەڕێتەوە بۆ بیروباوەڕێکی کۆن و هەڵەی زانستی، کە پێی وا بووە دڵ سەنتەری ژیان و بنچینەی مانەوەی مرۆڤە لە ڕووی فسیۆلۆژییەوە. هەروەها بوونی بڕوا بەوەی سووڕی خوێن بزوێنەری بنەڕەتیی زیندەچالاکییەکانی هەموو جەستەیە. بۆیە دواجاریش پەیوەندکردنی خۆشەویستی بە دڵەوە کینایەیە بەوەی خۆشەویستی بنچینەی هەموو شتێکە و گوزارشتەکانی وەک، "تۆ دڵی منی"، "دڵەکەم" کۆمەڵێک گوزارشتن بۆ تەئکیدکردنەوە لە گرنگی و بایەخی خۆشەویستی.

بەڵام دەرکەوتنی قەبارەی ڕاستەقینە و کارایی سووڕی خوێن لە جەستەدا و دواتریش پەیبردن بەوەی مێشک سەنتەری بنچینەیی جووڵە و چالاکییەکانی مرۆڤە، ئەم بیروباوەڕە کۆن و هەڵەیەی پووچەڵ کردەوە، بەڵام بۆچوونی فۆلکلۆریی مرۆڤ لەبارەی ڕۆڵی دڵەوە هەر مایەوە.[1]

١ بێگومان پێدەچێت نووسەر لە بارەی بوونی دڵ وەک ترومپایەکی خوێن کە تەنها ئەوە کاری بێت بە هەڵەدا چوو بێت، بەڵکوو دوایین لێکۆڵینەوەی

هۆکاری دووهەم، لە پەیوەندکردنی خۆشەویستی بە دڵەوە لەوەدایە، کە مرۆڤ پێی وایە لە دڵیدا هەست بەو خۆشەویستییە دەکات. هەستەکانی سەرنجڕاکێشان، شەیدابوون، خۆشویستن، غیرە و هەموو هەستە گەرموگوڕە هەژێنەرەکانی پەیوەست بە خۆشەویستییەوە بە لێدانەکانی دڵ و زیادبوونی ترپەکانیدا گوزارشتی لێ دەکرێت، کە دەرەنجامی خێرابوونی سووڕی خوێنە. مرۆڤ کاتێک دەکەوێتە خۆشەویستییەوە. مێشکی ئاماژەیەک بۆ سووڕی خوێن دەنێرێت، کە شتێکی جێسەرنج بایەخی ئەم مرۆڤەی ڕاکێشاوە و سووڕی خوێنیش زۆر بەخێرایی وەڵامی بۆ ئەو ئاماژەیەی مێشک دەبێت و ئەو وەڵامەیش بریتییە لە تەوژمی بەهێزی خوێن و هەستکردن بە زیادبوونی ترپەکانی دڵ..زیاتربوونی ترپەکانی دڵ هاوکات وەڵامدانەوەی خۆشی و ورووژاندنە لە خۆشەویستیدا. خەم و ناسۆریش لە خۆشەویستیدا دڵ دەگوشن لە دەرەنجامی خاوبوونەوەی سووڕی خوێن، کە وەڵامدانەوەی نامەکانی خانەدەمارەکانی مێشکە، کە دەڵێت، شتێک نییە ئەم مرۆڤە خۆشحاڵ بکات و بیهەژێنێت.

مرۆڤ لە سەروبەندی مامەڵەیدا لەتەک هەستەکانیدا بێگومان هەست بەدڵخۆشی و سەمای دڵی دەکات و لەگەڵ خەم و ناسۆریشدا هەست بەدڵتەنگی و دڵگوشران دەکات، بۆیە مرۆڤ هەموو چالاکییەکانی سۆزداریی پەیوەندکردووە بە دڵیەوە، بەم جۆرەیش ڕاهاتووە لەوەی کارلێکی سووڕی خوێنیش پەیوەند بکات بە هەست و سۆزیەوە و گوزارشتی ئەدەبیی خۆیشی

زانستی تەئکید دەکاتەوە کە دڵ تەنها ترومپایەکی خوێن نیە و پەیوەندیی ڕاستەوخۆی بە هەستکردنەکانەوە هەیە، لەم بارەیەوە چەندین لێکۆڵینەوەی زانستی و پزیشکی هەیە کە خوێنەر دەتوانێت لە گوگڵدا سێرچی بکات و ڕاستیە زانستی و پزیشکیەکانی بۆ دەربکەوێت، بۆیە نەتوانراوە بڕیاری یەکجاری بدرێت بەوەی دڵ تەنها ترومپایەکی خوێنە و هیچ ڕۆڵێکی تری نیە/ وەرگێڕ.

هەیە. کەواتە ئەوە هەستی خۆشەویستییە ئەم ئەرکە جوانانە بە دڵ دەبەخشێت، کە ئەندامەکانی تری جەستە نییانە.

ئایا بە گۆڕینی دڵ هەست و سۆزی مرۆڤ دەگۆڕێت؟

یەکێک لەو پرسیارە بەرابییانەی لە سەروبەندی شۆڕشی پزیشکی و گۆڕینی دڵ بە نەشتەرگەری کراوە ئەوەیە ئاخۆ بە گۆڕینی دڵ هەست و سۆزی مرۆڤ دەگۆڕێت؟ لەگەڵ هەوڵەکانی پزیشکایەتی و زانستدا بۆ سەلماندنی ئەو ڕاستییەی، کە مێشک نەک دڵ سەرچاوەی هەموو هەستوسۆزەکان و خۆشەویستیشە، بەڵام بزۆزیی زانست ویستی بە ژمارە بیسەلمێنێت، بۆیە کۆمەڵێک توێژەر چەند دیمانە و ڕاپرسی و تاقیکردنەوەیەکی دەروونیان بەسەر چلودووکەسدا کرد لەوانەی بە نەشتەرگەری دڵیان بۆ گۆڕدراوە و دوای سێ مانگ لە نەشتەرگەرییەکە بۆیان دەر کەوت:

لەو چلودوو کەسە سیوحەوتیان تەئکیدیان کردەوە، کە هەستیان بە هیچ گۆڕانکارییەک نەکردوە لە کەسێتی و هەست و سۆزیاندا، شەش کەسیشیان تێبینییان کردووە دوای گۆڕینی دڵیان هەندێ گۆڕانیان بەسەردا هاتووە، کە گۆڕانکاری بوون لە هەندێ ئاراستە و هەڵوێستە گشتییەکانی ژیاندا نەک لە هەست و سۆز و خۆشەویستییاندا بۆ کەسەکان. لە چلودوو کەس تەنها کەسیان وتوویانە، کە گۆڕانی ڕیشەیی لە کەسێتی و هەست و سۆزیشیاندا ڕووی داوە. پێم وایە ئەو گۆڕانەیشیان پەیوەندیی بە دڵە گۆڕاوەکەوە نییە هێندەی گۆڕانە لە ئاکامی تاقیکردنەوەی ئەگەرەکانی ژیان و مردن، واتە گواستنەوەیەکی فەلسەفییە لە دەرەنجامی هەڵوێستێکی درامیی قورس، کە پێیدا تێپەڕیون.

جیاوازی چییە لە نێوان دڵی ژن و دڵی پیاودا؟

لە ڕووی ئۆرگانیکییەوە هیچ جیاوازییەک لەنێوان دڵی ژن و دڵی پیاودا نییە. هەردووکیان لە ڕووی توێکارییەوە یەک دڵن، لە کێشدا جیاوازییەکی کەمیان هەیە، کە شایستەی باسکردن نییە، ئەمەیش لەبەر ئەوەیە ئەندامەکانی پیاو لە ئەندامەکانی ژن قەبەترن، لە ڕووی جیاوازیی ڕەگەزیی خۆڕسکییەوە، کە وا دەکات پیاو قەبارەی گەورەتر بێت و ماسوولکەی بەهێزتر بێت،دەنا لەڕووی ئۆرگانیکییەوە هەردوو دڵەکە جیاوازییان نیە. جیاوازیی ڕاستەقینە لەنێوان دڵی ژن و دڵی پیاودا جیاوازییەکی دەروونییە. لە بەشەکانی تری ئەم کتێبەدا بەوردی باس لە جیاوازیی خۆشەویستیی ژن و پیاو دەکرێت.

پەیوەندیی مێشک بەخۆشەویستییەوە چییە؟

مێشک بزوێنەری سەرەکیی هەموو جەستەیە و ئەمەیش واقیعێکە ئیدی هیچ مشتومڕێک هەڵناگرێت. لەبارەی سۆزەوە، بەتایبەتی سۆزی خۆشەویستی، دیارترین توێژەر کاپلان (Kaplan) کە پێی وایە سیستمی لیمپی (limbic system) لەگەڵ هایپۆسالامۆسدا تۆڕێک هەستەدەماری چڕی تایبەت بە زایەند و سۆزەکانیان تێدایە.

ئەو دەزگایە پێگەی کۆنترۆڵکردنی هەست و سۆز و پاڵنەرەکان و بەرپرسە لە هاندانی نواندنی ڕەفتارەکانی مرۆڤ بۆ مانەوە. ئەم بەشە هاوکات بەرپرسیارە لە جووڵە و چالاکیی سۆزداری و ئەرکیشی بریتییە لە، هاندان و هاوکات وەستاندنی عەقڵ و پەیوەندی هەیە بە ئازارچەشتن و چێژوەرگرتنیشەوە. بۆیە ڕەفتار و هەڵسوکەوتمان، یان هەوڵدانە بۆ چێژوەرگرتن، یان خۆ دوورگرتنە لە ئازارپێگەیشتن.

کاپلان پێی وایە مێشک بەرپرسە لە بزاوتی کیمیایی جەستە، لە حاڵەتی خۆشەویستی و حەزدا مێشک ئاماژەیەک دەنێرێت و خانەکان هاندەدات بۆ دەردانی ئەندرۆفین، کە ماددەیەکە کاریگەری هاوشێوەی ماددەی مۆرفینە لە خوێندا. هەروەها تەئکید دەکاتەوە، کە خواردن چێژێکی هاوشێوەی مۆرفین دروست دەکات. سەنتەرەکانی حەزی سێکسی بەستراوەتەوە بە سەنتەرەکانی ئازار و چێژەوە. لە حاڵەتی خۆشەویستیشدا ئەم ماددەیە دەر دەدرێت و وا دەکات مرۆڤ لە نەشئە و ئۆخژنی خۆشەویستی و بەختەوەریدا بێت.

مەبەست لە کیمیایی خۆشەویستی چییە؟

لە تیۆرەکەی کاپلانەوە دەبینین مێشک بەرپرسیارە لە دەرکردنی ئاماژەکانی دەزگای لیمپی و هایپۆسالامۆس بەرەو خانەکانی جەستە، بۆ ئەوەی ماددەیەکی هاوشێوەی مۆرفین دەر بدەن، تا هەستی خۆشەویستی گەرموگوڕ و بەرز بکاتەوە.

توێژەر لیبۆویتز دوای ڕوودانی هاندانی مێشک بۆ ئەندامەکانی جەستە لەو دیاردەی کیمیاییەی خۆشەویستی کۆڵیوەتەوە و پێی وایە خۆشەویستیی گەرم و شەیدابوون بە خۆشەویستی هەڵچوون و تینوێتییەکی عاتیفی دێنێتە ئارا هاوشێوەی هەڵچوونی ماددەی ئەمفیتامین (Amphetamine) لەنێو کۆمەڵە ماددەی فینیلیسیلامین (phenylethylamine ، کە بەرپرسە لە تێربوون و بووژانەوەی هەوەس مەزاج و دروستکردنی وزەی خۆشەویستی.

بە لێکۆڵینەوە لە کاریگەرییە کیمیاییەکان لەسەر مرۆڤ، لیبۆویتز تێبینی کردووە لێکچوونێک هەیە لەنێوان خۆشەویستی و خووگرتوو بە ماددەی هۆشبەرەوە. ئەو دەڵێت خواست بۆ خۆشەویستی وەک خواست وایە بۆ ماددەی هۆشبەر،

ساردبوونەوە و بێزاری و نەمانی ورووژان و شەیدایی دوای ماوەیەک لە خۆشەویستی وەک حاڵەتی ڕاهاتن وایە لەسەر ماددەی هۆشبەر و سووربوون لەسەر زیاتر پەیداکردنی، بەمەبەستی بووژانەوە و کورد واتەنی ئۆخەیکردن. هەر وەک پێی وایە خەمۆکیی لەدەستدانی خۆشەویست وەک خەمۆکیی نەمانی ماددەی هۆشبەر وایە.

توێژەر دەڵێت بەهۆی خۆشەویستییەوە دۆخی حەز، یان هەوەس بەرز دەبێتەوە و بۆی دەر کەوتووە، کە ئەو ماددە کیمیاییەی خوێن دەری دەدات دەبێتە هۆی ورووژاندن و خاوبوونەوەیش و هەر ئەمەیشە وا دەکات ئەویندار هەست بە خەم و ناسۆرەکان نەکات.

لەبەرانبەریشدا و لە ڕووی دەردانی ماددەی کیمیاییەوە لە خوێندا، لێکۆڵینەوەی لە دۆخی نەبوون، یان کەمی خۆشەویستی کردووە، کە ڕەفتاری خۆی هەیە و کەسەکە هەست بە ترس و نیگەرانی دەکات وەک ئەوەی قورساییەک لەسەر دڵودەروونی بێت.

توێژەر وا دەبینێت کردە کیمیاییەکانی جەستە، کە مرۆڤ دەگۆڕن، بنچینەکەیان مێشکە و عاتیفگەری و وەڵامدانەوە کیمیاییەکان وەک کاریگەریی کۆکایین وان لەسەر جەستە چۆن مرۆڤ دەورووژێنن، ئەو ماددەیەی بەهۆی خۆشەویستییەوە دەر دەدرێت بە هەمان شێوەی هیرۆیین مرۆڤەکە دەخاتە حاڵەتی خاوبوونەوەی جەستەوە. توێژەر دەڵێت خۆشەویستی لە جەستەی مرۆڤدا ماددەیەک دەر دەدات پێی دەوترێت سیدتیڤ (sedative) و ئەم ماددەیە یارمەتیدەری نەهێشتنی دڵەڕاوکێ و خەمۆکی و کاریگەرییەکەی وەک کاریگەریی مەی و ماریگوانایە. جەستە لەباری خۆشەویستیدا ماددەی (LSD) دەر دەدات، کە وا دەکات کەسی ئەوینداری هەست بەجوانی و قووڵیەکی زۆرتر بکات لە شتەکاندا و ڕۆحیەتی بەرز دەکاتەوە.

کاپلان و لیبۆویتز پێیان وایە ئێمە کاتێک دەکەوینە باری خۆشەویستییەوە، مێشکمان ئاماژەی خۆی دەدات بۆ ئەوەی هەڵچوونێکی کیمیایی دروست بێت و هەستی خۆشی و جوانیمان لا دروست بێت. هاوکات پێیان وایە مرۆڤ دەتوانێت بە وەرگرتنی ماددەی کیمیایی و بێخۆشەویستییش ئەو هەستانە بەدەست بێنێت.

پەیوەندیی نێوان کەموکورتیی پێکهاتەی زایەندی و خۆشەویستی لە ژندا چییە؟

پرسی پەیوەندیی تێکچوون، یان کەموکورتیی فسیۆلۆژی و هۆرمۆنی لە جەستەی ژن یان پیاودا و پەیوەندیی زایەندی و سۆزداریی پرسیاری زۆری لای توێژەران وروووژاندووە. بیروبۆچوونی کۆن، کە تا ئێستایش باوە، پێی وایە تێکچوونی ڕەفتاری زایەندی دەگەڕێتەوە بۆ بوونی کەموکورتی فسیۆلۆژی و هۆرمۆنی لە جەستەدا.

بەڵام دەروونزانی سەلماندی زۆرینەی لەباری ئاسایی دەرچوونەکان لە ڕەفتاری زایەندی و سۆزداریدا ڕەنگە بگەڕێنەوە بۆ هۆکاری دەروونی. ئەگەر هەیە ژن لەبەر ئەوە هاوسەرەکەی خۆش نەوێت، کە ڕقی لە باوکی خۆیەتی، یان بەهۆی ئەزموونێکەوە لە سەردەمی منداڵیدا بەسەریدا هاتووە. ڕەنگە منداڵیش بەهۆکاری تایبەت بە شوناسی دەروونیی خۆیەوە ببێتە کەسێکی هاوڕەگەزویست، کە بە ڕەگەزی سێیەم ناسراوە و ئەو هۆکارە دەروونییەی بڕیاری لەوە دابێت لە دنیای سۆزی ژندا بگات بە سکوونەت، یان بە دایکیەوە بلکێت و خۆشوبهاندنی بە دایکی یەکێکە لە جۆرەکانی بەدایکەوەلکان.

بە گەڕانەوە بۆ پرسیارەکەمان لەبارەی پەیوەندیی سۆزی ژن و کەموکورتیی جەستەیی، تێبینی دەکەین لایەنی دەروونی

بەشی زۆری سۆزی ژن لە پیاو زیاتر پێک دەهێنێت، هاوکات سەلمێنراویشە کەموکورتیی جەستەیی ڕۆڵی زۆری هەیە لە شێوازی گوزارشتکردن و جۆر و وێنەکانی سۆزی ژن.

لە لێکۆڵینەوەیەکدا، کە کۆمەڵێک توێژەر 1992 (slijper Etal) لەسەر دە ژن کردوویانە، کە کەموکورتیی جەستەییان هەبووە، بەتایبەتی کەموکورتی لە ڕەگەزی مێینەییاندا و بەتایبەتی کەموکورتی لە گوڵینک- میهبەلیاندا، ئەم دە ژنە بەراورد کراون بە کۆمەڵێک ژنی ئاسایی بێکێشە، تێبینی کراوە ئەو ژنانەی کەموکورتییان هەیە لە ڕووی جەستەیی و دەروونییشەوە ناتوانن ڕۆڵی خۆیان وەک پێویست ببینن،حەزیان لە سێکس نەبووە.

لێکۆڵینەوەکان سەلماندوویانە، کە ژنانی کێماسیدار تەنانەت حەزی چوونەنێودنیای خۆشەویستییشیان نییە و خەون و خەیاڵی سێکیش وەک پێویست نابینن.

ئایا جینەکان ڕۆڵیان هەیە لە دە بڕینی ئاستی خۆشەویستیدا؟

لێکۆڵینەوە دەروونییەکان لە سەروبەندی وێنەکێشانی ڕەفتاری مرۆڤدا نەیانتوانیوە نکووڵی لە ڕۆڵی جینەکان بکەن لەو پرۆسەیەدا، بەڵام لە ململانێی ئەوەدا ئاخۆ کامیان گرنگترن: جینەکان یان ژینگە لە دروستکردنی ڕەفتاردا؟ هێشتا ئەم ململانێیە ماوە و یەکلایی نەکراوەتەوە. بێگومان هەریەک لەو دوو لایەنە بەڵگەی خۆیان هەیە لەوەدا، کە ئەویان زۆرترین کاریگەری هەیە،بەڵام لەمیانەی ئەو زانیارییانەی لە بەردەستتان، ناتوانین ڕۆڵی جینەکان لە ڕەفتاری مرۆڤدا بەگشتی ڕەت بکەینەوە، لەیەکچوونی ڕەفتاری دووانە "جمکانە"کان لە زۆر شوێنی ئەم جیهانەدا دیارترین بەڵگەن بۆ ڕۆڵی جینەکان لە ڕەفتاری مرۆڤدا.

سۆزداریی خۆشەویستی لە چوارچێوەی مشتومڕی بۆماوە و جینەکاندا بووە و لە توێژینەوەکانیشدا بەڵگە هەیە، کە جینەکان پەیوەندییان بە شێوە و ئاستی دەربڕینی خۆشەویستی و بگرە شێوە و جۆری ئەو خۆشەویستییەشەوە هەیە، کە مرۆڤ دەیەوێ بیکات. بۆ نموونە، لە لێکۆڵینەوەیەکی (جیلمارتن Gilmartin) 1987 تێبینی کراوە فەرمانێکی جینیی بۆماوە هەیە وا دەکات هەندێ مرۆڤ لە خۆشەویستیدا شەرمن بن و نەتوانن گوزارشت لە هەست و سۆزەکانیان بکەن، واتە لە بەرەبابەوە ئەم شەرمنییەیان لە دەربڕینی هەست و سۆزەکاندا بۆ ماوەتەوە. هەرچەندە توێژەر تەئیکدیش دەکاتەوە، کە نابێت ژینگە لەبیر بکرێت، بەتایبەتی ئەزموونەکانی منداڵ لە قۆناغی خوێندن و تووشبوونی بە چەوسانەوە لەلایەن هاوڕێکانیەوە و کاریگەرییان لە پێکهێنانی شەرمکردن لە دەربڕینی هەست و سۆزەکانی.

لە لێکۆڵینەوەیەکی تردا، کە لەسەر ژاپۆنییەکانی نیشتەجێی ئەمریکا کراوە، ئەوانەی هیچ پەیوەندییەکیان بە ژیار و شارستانی و دابو نەریتی وڵاتی دایکی خۆیانەوە نییە و لە ئەمریکا لەدایک بوون و ژیاون، هەردوو توێژەر هیرایاما، هیرایاما، (Hirayama and Hirayama) بۆیان دەر کەوت ئەو ژاپۆنییانەی تێکەڵی ئەمریکییەکان بوون و لە کلتووری خۆیان دوور بوون، لەو ئەمریکییانە زیاتر توانای بەرزەفتکردنی هەست و سۆزە زایەندییەکانیان هەیە کە لە هەمان بارودۆخ و هەلومەرجدان بەڵام لە ڕەگەزی جیاواز جیاوازن. کەواتە دەتوانین بڵێین جینەکان و بۆماوە لە زۆرینەی بارەکانی خۆشەویستی و زایەندیدا ڕۆڵی گرنگیان هەیە لە پێکهێنانی ڕەفتارەکانی مرۆڤدا.

بۆ گاڵتە بە کەسێکی قەڵەو دەکرێت ئەگەر بزانرێت لە ئەویندارییدایە؟

بیرۆکەیەکی کۆنی هەڵە هەیە، کە هەستی مرۆڤ پەیوەست دەکات بە جەستەیەوە و پێی وایە مرۆڤی باریکەلە زیاتر هەست بە ژیان و کێشە و گرفتەکانی دەکات و زیاتریش کارلێک لەگەڵ هەلومەرجەکاندا دەکات، چوونکە بەپێی ئەو بیرۆکە هەڵەیە، ئەوە هەستکردنە بە ژیان وای کردووە ئەو مرۆڤە باریکەلە و لاوازە ئیشتیهای خواردنی نەبێت و لەناوەوە خۆی بخواتەوە.

لەبەرانبەریشدا دەبێ مرۆڤە قەڵەوەکە هەستی نەبێت و گوێ بە هیچ نەدات و هیچ دەردەسەرییەک کاری تێ نەکات، بۆیە جگە لە خواردن دەربەستی شتێکی تر نایەت و بەوهۆیەشەوەیە بەز و چەوری کۆ دەکاتەوە و قەڵەو دەبێت، چوونکە هیچ شتێک وا ناکات حەز و ئیشتیهای خواردنی کەم بکاتەوە.

لە کەلەپووری جیهانییشدا تێبینی کراوە کەسانی قەڵەو هەزەلی و قسەخۆشن،لە ڕووی کۆمەڵایەتییشەوە ئەگەری ئەوە هەیە کەسێکی قەڵەو لە لاوازێک زیاتر ببێتە نوکتەباز، بۆیە هەرکات ئەو قەڵەوانە مەینەتی و دەردەسەرییەکی عاتیفی و دەروونی دەر برن گاڵتەیان پێ دەکرێت.

لە واقیعی کردارییشدا قەڵەو کێشەیەکی نیگەرانی و دڵەڕاوکێی هەیە کۆن بێت یان تازە..بەلام نیگەرانییە زۆر و گەورەکەی وای کردووە بۆ کەمکردنەوەی پەنا بۆ خواردن ببات..راستە ئەو کارەی ئامرازێکی نەرێنیی خۆگونجاندنێتی لەگەڵ نیگەرانییەکەیدا، بەلام هاوکات ئامرازێکی دەروونیی دەرەنجامی نیگەرانی و کارلێکی قورسە لەگەڵ ڕووداوێکدا، گرفتەکە لەوەدایە هەموو مرۆڤێک لە هەموو شوێنێکدا ئامادەی ئەو تێگەییشتنە نییە لە مرۆڤێکی تەندروست و لەو جەنگەی دەکرێتە سەر کەسێتی و دەروونی مرۆڤی قەڵەو و ڕقبوونەوە

لە قەڵەویتییەکەی، چجای گاڵتەهاتنەوە بە هەست و سۆزەکانی و خۆشەویستی.

لێکۆڵەری ئەمریکی(هاریس (Harris)، 1992 لە لێکۆڵینەوەیەکیدا بۆ زانینی ڕاوبۆچوونی خەڵکی لەبارەی عەشقی کەسێکی قەڵەوەوە دەری خستووە کە، خەڵکانی لاواز و باریکەڵە تەنانەت پێیان وا بووە کەسی قەڵەو شایستەی خۆشەویستی و خۆشویستنیش نیە، چونکە هیچ کوێیەکی جێگەی سەرنجڕاکێشان نییە و چەندە خاوەنتواناییش بێت هەستی زایەندیی بەهێز نییە، بەشێکی زۆریش لە بەشدارانی لێکۆڵینەوەکە وایان بەباش زانییوە قەڵەوەکان هاوبەشێکی سۆزداریی ناشیرینیان هەبێت، واتە کەسێکی ناشیرین ببێتە خۆشەویستیان.

ئەمە ڕەگەزپەرستییە، چوونکە واقیعی ژیان سەلماندوویەتی قەڵەوەکان دەتوانن ئەگەر زیاتریش نەبێت وەک باریکەڵەکان بچنە نێو بازنەی خۆشەویستییەوە و هەست و سۆز ببەخشن و بەجوانییش گوزارشتی لێ بکەن.

پەیوەندیی فرمێسک بەخۆشەویستییەوە چییە؟

ئەرکی فرمێسک ڕژێنەکان پاککردنەوەی چاوە لەو پیسی و شتە نامۆیانەی دەچنە چاوەوە، وەک تۆز و گەرد و هەر جۆرە خڵتە و وردە شتێک. فرمێسک ڕژێنەکان تەنانەت گەر فرمێسکیش نەڕژێن بەبەردەوامی ئیشی خۆیان دەکەن و هەر چاوترووکاندنێک دەبێتە هۆی پاککردنەوەی چاو، بەڵام فرمێسک ڕژێنەکان هاوکات ئەرکێکی سۆزدارییشیان هەیە، ئەویش دەرخستنی ئەو سۆزەیە کە مرۆڤ دەخاتە گریان، ئیدی لە خۆشیدا بێت یان لە داخ و کەسەر و تووڕەییدا. گریان لە خۆشەویستی و گەیشتن بە خۆشەویست و خۆشی و شادی و هاوکات گریان لە داخ و کەسەری لەدەستدانی خۆشەویست پرسێکی ناسراوە لای مرۆڤ

و ئاژەڵیش. ئامـاژەی مێشـک تایبـەت بە هەڵچوونـی خۆشـەویسـتی و بەختـەوەری و کامەرانـی تەنهـا بـۆ ماسـوولکەی فرمێسـک ناچێت، بەڵکوو هەمـوو ماسـوولکەکانی ڕوخسـاریش دەگرێتـەوە، بۆیـە وێـڕای فرمێسـکی خۆشـی و ناخۆشـی، خـودی خۆشـی و ناخۆشـییەکە لـە ڕوخسـاردا دەخوێنرێتـەوە و دیـارە مـرۆڤ لـە خۆشـیدا گـەش و ڕووخـۆش و لـە ناخۆشییشـدا گـرژ و مۆنـە.

هەرچەنـدە ڕژاندنـی فرمێسـک فەرمانـی مێشـکە، بـەڵام هـاوکات پرسـێکی دەروونـی و بۆماوەیـی دابونەریتێکـە لـە کۆمەڵگـەوە بۆمان دەمێنێتـەوە. دایـک لـە خۆشـیی پێگرتنـی منداڵەکـەیدا دەگـری و بـە چاوی پڕفرمێسکەوە لەئامێزی دەگرێت. ئەمـە سروشـتی بەراییی مرۆڤـە بـۆ گوزارشـتکردن لـە هەڵچوونـە جەسـتەییەکان بـەر لـە گوزارشـتکردن لێیـان بـە زمـان و قسـەکردن، بێگومـان لەمەیشـدا هـەر مێشـک هانـدەری ئـەو فرمێسـک ڕشـتنەیە.

کامیان سەرچاوەی خۆشەویستییە، دڵ یان مێشک؟

پێشـتر باسـمانکرد، کە لێدانەکانـی دڵ لـە بنچینـەدا ئیشـارەی مێشکە لـە سـووڕی خوێنـدا، مرۆڤیش مامەڵە لەگـەڵ شـتە بەرهەسـتەکاندا دەکات، بۆیـە لەئاکامـی زیادبوونـی ترپەکانـی دڵـدا لـە کاتـی هەسـتکردندا بـە خۆشەویسـتی خـودی خۆشـەویسـتی پەیوەسـت کراوە بە دڵەوە. بـەڵام ڕاسـتییەکەی ئەوەیـە، کـە مێشـک بنچینـەی هەمـوو هەسـت و سـۆزەکانمانە، بەڵگـەیش ئەوەیـە کـە تەنانـەت لەباری گۆڕینی دڵدا بێـت یـان دانانـی دڵـی دەستکردیش، هیچکام لـە هەسـتەکانی مرۆڤەکـە ناگۆڕێـن. بـەڵێ مێشـک بەرپرسـە لـە هەمـوو هەسـت و سـۆز و بڕیـارەکان و دڵ و ئەندامەکانـی تـری جەسـتەیش وەڵامـدەرەوەی ئاماژەکانـی مێشـکن.[١]

---

١ ئاماژەمـان بـەوە دا، کـە لێکۆڵینـەوەی تـری زانسـتی هەیـە کـە تەئکید دەکەنـەوە دڵ تەنهـا تروومپایەکـی پاڵنانـی خوێـن نییە/وەرگێـر.

جیاوازیی حەز و ئارەزووکردنی خۆشەویست چییە؟

حەز لە ئارەزووکردن فراوانترە، ئارەزووکردن زیاتر خواستی سێکسی دەگرێتەوە لەپای بێبەریبوون لێی بەهۆی بێتوانایی لە دەستکەوتنی لایەنی دووەمی پرۆسە سێکسییەکەوە بێت، یان بەهۆی دوورکەوتنەوە لە خۆشەویست، بۆیە لە ئاکامی پێویستیی سێکسیدایە، کە ئارەزوویەکی زۆر بۆ کەسی خۆشەویست دروست دەبێت.

بەلام حەزکردن لە خۆشەویست فراوانگیرترە و مەبەست لێی نزیکییە بە بەردەوامی لەگەڵ خۆشەویستدا. مەرج نییە ئارەزووکردن وەک هەستێک دەرهەق بە خۆشەویست حەزی تەواوی لە ئاستدا دروست بکات، بەلام حەزکردنەکە خۆکردانە ئارەزووکردنی خۆشەویست دروست دەکات.

بۆچی لە ژوانی ئەویندارییدا وەک کەسێکی تینوو دەم وشک دەبێت؟

هەڵچوونی خۆشەویستی ئەندامەکانی ناوەوە دەهەژێنێت و دڵ دەخاتە خورپە و ئەدرینالین زیاتر دەر دەدرێت و هەناسەدانیش خێراتر دەبێت و زۆر گۆڕانی تریش، کە پێشتر باسمان کرد. نوێترین دیاردەکانی ئەو هەڵچوونە توندەی، کە بە خۆشەویستی ناسراوە، زیادبوونی ڕێژەی ئەدرینالینە لە خوێندا، کە ڕێژەی شەکر لە خوێندا زیاد دەکات، وەک ئەوەی کاتێک شیرینییەکی زۆر دەخۆین دواتر هەست بەتینوێتی و ئاوخواردنەوە دەکرێت.

ڕاستە خۆشەویستی جوانتر و ناسکترمان دەکات؟

بەختەوەری بەخۆشەویستی هەستێکی هێندە قووڵ و گەورەیە دەتوانێت کارێک بکات، جەستە بەئەرێنی وەڵامدانەوەی هەبێت، چوونکە خانەکان نوێ دەبنەوە، بەهۆی ڕێک لێدانی دڵەوە خوێن بە ڕێکی پاڵدەنرێت، سییەکان فراوان دەبن و هەوای زیاتر دەگرن. ئیدی ئەم هەموو چالاکی و بە ڕێکیئیشکردنەی ئەندامەکان و لەگەڵیشیدا هەستکردن بە خۆشی و شادی بەهۆی خۆشەویستییەکەوە، وا دەکەن مرۆڤی بەختەوەر تەندروستی باشتر بێت. تیۆرێک هەیە، کە هێشتا لەوەدایە وەک تیۆرێک بەتەواوی بەرجەستە بکرێت و تەئکید دەکاتەوە، کە لە مێشکدا بەشی تایبەت بە هەست و سۆزەکان هەیە، بۆیە ئەگەر مرۆڤ بەهۆی خۆشەویستییەوە کامەران و بەختەوەر بێت، ئەو بەشەی مێشک ئاماژە بۆ جەستە دەنێرێت، تا بڕێک هۆرمۆنی مێینەیی یان نێرینەیی بڕێژێت، وێڕای ڕژاندنی هۆرمۆنی تری تایبەت بەو جوان و ناسک کردنە. دەبێ ئەوەیش بڵێین، کە ئەگەر هەیە خۆشەویستی ڕۆڵی پێچەوانە ببینێت، واتە مرۆڤی بەدبەخت لە خۆشەویستیدا ببێتە کەسێکی تێکشکاوی کەساس و بەهۆی ماندوێتی و نیگەرانی و دڵەڕاوکێ و شەونخوونییەوە زەرد و لاواز و پەژموورده بێت.

بۆچی لە کاتی خۆشەویستیدا چاوەکان گەش دەبن؟

جەستە ڕەنگدانەوەی هەست و سۆزەکانی لەسەرە، بەتایبەتی چاو شاشەی جەستە و هەستیشە. مرۆڤ کاتێک دەکەوێتە خۆشەویستییەوە چاوەکان دەری دەبڕن، واتە چاو گوزارشت لە ناخی مرۆڤ دەکات. لە حاڵەتی خۆشەویستیدا لە چاودا بارودۆخی ئەویندار دەخوێنرێتەوە..گەشانەوەی چاوەکان ئاماژە

و گوزارشتن لە هەستکردن بە بەختەوەری لە خۆشەویستیدا. هەستکردن بە بەختەوەری هەندێ وردە ئەشکی سادە دەڕژێنێتە نێو چاوەوە و دەبێتە هۆی گەشانەوە و بریقەدانی چاوی ئەویندار.

ڕاستە ئەوەی دەستی سارد بێت دڵی گەرمە؟

هەر جۆرە هەڵچوونێکی توند هەموو ئەندامەکانی جەستە وریا دەکاتەوە بۆ ئەوەی لەگەڵ ئەو هەڵچوونەدا خۆیان بگونجێنن. هەڵچوونیش پێویستیی بەبیرکردنەوە هەیە لە چۆنێتیی مامەڵەکردن لەگەڵیدا، کەواتە ئەوەی ڕوو دەدات هەموو خوێن دەچێت بۆ مێشک و لە دەرەنجامی چوونی هەموو خوێنیش بۆ مێشک و کشانەوەی لە جەستەدا، لە پەلەکاندا دەر دەکەوێت، کە سارد دەبنەوە. بەڵام بۆ ساردیی دەست، کە ئاماژە بێت بۆ گەرمیی دڵ، دەڵێین ڕەنگە گوتەیەکی ڕاست بێت، چوونکە مرۆڤێک کە هەڵبچێت و خوێن بۆ مێشکی هورووژم بکات دەشێت کەسێکی بیرکەرەوە، یان هەستورووژاو بێت، ئەوکات بە کەسێکی عاتیفی دادەنرێت.

ئایا دەتوانین هەستی خۆشەویستی بشارینەوە ؟

خۆشەویستی دەسەڵاتدارە و ئاسەوارەکانی لەسەر سیما و ڕوخسار و هەڵچوونەکانی مرۆڤ دەر دەکەون، بۆیە ڕەنگە نەتوانرێت بشاردرێتەوە. ڕەنگە هەندێکەس لە ترسی ڕێگری و سزادانادا بێت، یان بۆ خۆپاراستن هەوڵی زۆر بدات بۆ شاردنەوەی خۆشەویستییەکەی، لای هەندێکیش ڕەنگە ئەو هەوڵە زۆرەی نەوێت و بتوانن بیشارنەوە، چوونکە ئەوانە توانای فریودانی بەرانبەریان هەیە. بەڵام ئەگەر دوو خۆشەویست

لەیەکتری نزیک بن، بێگومان شاردنەوەی هەستیان کارێکی ئاسان نابێت.

بۆ دەستی ئەوینداران لە بەریەککەوتندا بارگاوی دەبێت بە کارەبا؟

لە حاڵەتی خۆشەویستیدا، کە هەموو جەستە بۆی دەکەوێتە ئامادەباشییەوە، هەستەدەمارەکان لە ئاستی کارتێکەرە دەرەکیەکاندا هەستیارتر دەبن، چەندە کۆتایی هەستە دەمارەکان لە پێستەوە نزیک بن ئەو ناوچەیە بۆ کارلێکەکان هەستیارتر دەبێت. کۆتایی هەستەدەمارەکانیش دەکەونە سەری پەنجەکانەوە، بۆیە لەباری هەڵچووندا بە تەوژمێکی بەهێزی هەستەدەمارەکان بارگاوی دەبن. ئەو تەوژمە هەستەدەماریە لە حاڵەتی خۆشەویستیدا کارەبایەکی بەرز و هەستێکی دەروونیی قووڵی لەگەڵدا دەبێت، کە لەگەڵ لێدانەکانی دڵدا هاوتەریبە. کاتێک دەستی دوو ئەویندار بەریەک دەکەون، بە تەوقەکردن بێت یان هەر جۆرە دەستلێدانێک، بەهۆی بەتاڵبوونەوەی بارگەکانیانەوە شۆرتێکی کارەبایی درووست دەبێت.

ئایا دەتوانین خۆشەویستی لە ئارەزووکردنی جیا بکەینەوە؟

زەحمەتە بتوانین خۆشەویستی و ئارەزووکردن لەیەک جیا بکەینەوە، چوونکە تۆ کاتێک کەسێکت خۆش دەوێت دەتەوێ لە هەموو شتێکدا، واتە بە عەقڵ و سۆز و جەستە چێژی لێ وەربگریت. بەڵام ئەوەی ڕوودەدات ئەوەیە، کە ئارەزووکردنەکە قۆناغێکی دوای خۆشەویستییە. لە سەرەتادا هەستەکان گەرموگوڕ و ڕۆمانسی دەبن و تەواوی دەروون

و هەستەکان کۆنترۆڵ دەکەن. دوای ماوەیەک لەیەکتری بینین و ژوان، خواست و ئارەزوو زیاتر دەبێت، بەتایبەتی ئەگەر بواری پێکگەییشتنی سێکسی لەنێوان هەردوو خۆشەویستدا هەبێت. بێگومان ئارەزوو لای پیاو زووتر و خێراتر لە ژن دەر دەکەوێت، لای پیاو بیرۆکەیەکە دەیەوێت جێبەجێی بکات، بەڵام لای ژن دوای دەستبەکاربوونی پیاو دەست پێ دەکات. بێگومانە کە خۆشەویستی، ئارەزوو دێنێتە ئارا و خۆشەویستیی پاکوبێگەردی دوور لە ئارەزوو زەحمەتە بەردەوام بێت، مەگەر لە هەندێ باری کەمدا نەبێت بەهۆی دوورییەوە لەیەکتری، یان بەزۆر لەیەکدابڕاندن.

ئایا ڕاستە هەموو کەسێک دەتوانێت ئەفسوونی خۆشەویستی بکات؟

ئەفسوونبازان لە خۆرئاوا کتێبی زۆریان لەبارەیەوە نووسیوە و جەخت لەوە دەکەنەوە، کە هەموو مرۆڤێک دەتوانێت ئەفسوونی خۆشەویستی بکات، بەلای ئەوانەوە ئەم پرسە پێویستی بە کەمێک قەناعەت یان وەهمی قەناعەت و سازکردنی کەرەستەکانی ئەفسوونەکە و خۆئامادەکرن بۆی هەیە. وەک (میدچی، Medici ١٩٩٤دایناوە، کە هەنگاوەکانی ئامادەسازی بەم جۆرەیە:

- ١شوێنێکی باش هەڵبژێرە. سووچ یان گۆشەیەکی هێمن لە ماڵەوە.

-٢ خۆت بشۆ. چوونکە پاکوخاوێنیی جەستە بۆ ئەم کارە زۆر پێویستە.

٣ -هەموو ڕووناکیبەکان بکوژێنەرەوە تەنها ڕووناکیی مۆمێکی سپی نەبێت.

٤ -لە مۆمەکە ڕابمێنە و هەناسەیەکی قووڵ هەڵبکێشە و تەرکیز بخەرەوە سەر هەناسەوەرگرتن و هەناسەدانەوەکەت، بەو مەرجەی جەستەت خاو کردبێتەوە و زۆر بەپشووەوە دانیشتبیت.

٥-بەوردی ئاگات لە هەناسەکانت و دۆخی بڕبڕەی پشتت بێت.٦ -دوای ئەوە تەرکیز بخەرە سەر ناوچەی ناوک و دەوروبەری بە هەموو ئاراستەکاندا.

٧ -چاوببڕە شتێکی جوان، کە خۆشحاڵت بکات، وەک ، " گوڵێک، عەترێک، ڕەنگێک، دیمەنی شوێنێک.....هتد".

٨ -ئەوەی لە خاڵی حەوتەمدا چاوت تێ بڕیوە بیهێنەرەوە خەیاڵت و بە قووڵی و وردی چێژی لێ وەربگرە.

٩ -وەرەوە سەر چاودێری و ئاگاداربوونەوە لە خۆت.

١٠ -چاوەکانت بکەرەوە.

١١ -وردبوونەوە و تەرکیزکردنەکەت خاو بکەرەوە و کارێک بکە، سەمایەک، جووڵەیەک، یان بخەوە، چوونکە ئەم مەشقە وا دەکات بتوانیت ئامادە بیت بۆ کردنی ئەفسوونی خۆشەویستی بەسەرکەوتوویی، ئیتر ئەفسوونەکە لە هەر جۆرێک لەو جۆرانە بێت، کە لەنێو ئەفسوونبازانی خۆشەویستیدا ناسراوە.

ئایا ڕاستە لە ئەورووپا یانەی ئەفسوونکردنی خۆشەویستی هەیە؟

بەڵێ لە هەموو وڵاتانی خۆرائاوادا نۆڕینگە "عیادە" و یانەی تایبەت بە ئەفسوونی خۆشەویستی هەیە، بەفەرمی کاری خۆیان دەکەن. ئەو یانانە بڕوایان تەنها بەو ئەفسوونانە هەیە، کە یارمەتیدەرن لە دۆزینەوەی خۆشەویستێک، یان پاراستنی خۆشەویستییەک، یان لەبیرکردنی خۆشەویستییەکی کۆن. ئەفسوونبازان لە ئەورووپا و ئەمریکا لەدێرزەمانەوە هەن و شوێنکەوتەی خۆیان هەیە، کە بڕوای تەواویان پێیان هەیە. جاران ئەم ئەفسوونبازانە دەسووتێنران، بەڵام ئێستا دانیان پێدا نراوە. ئەفسوونبازان پێیان وایە پەنابردنی ئەوینداران بۆ نۆڕینگەی پزیشکان سوودێکی بۆیان نابێت و هەوڵێکی شکستخواردووە و

ناتوانێت یارمەتیی دڵە سەرگەردانەکان بدات و کاتی ئەوە هاتووە پەنا بۆ ئەفسوون ببرێت. ئەمانە پێیان وایە هەموو مرۆڤێک، بە چاوپۆشی لە ئایین و ئاستی ڕۆشنبیری و تەنانەت قەناعەت و بێقەناعەتییشی، دەتوانێت لە ژیانی سۆزدارییدا ئەفسوونێک لە ئەفسوونەکان بکات. بەڵام پێیان وایە بڕواهێنان بەو ئەفسوونانە هەنگاوی یەکەم دەبێت بۆ سەرکەوتنی کارەکە"[١] ئەفسوونبازان دەڵێن ئەفسوونکردن کەرەستەی زۆری دەوێت، بەڵام گرنگترین ئامراز لەم کارەدا عەقڵە. بێگومانە، کە تا ئەم ساتەیش تەواوی وزە و تواناکانی عەقڵ نەدۆزراونەتەوە و ڕۆژ لەدوای ڕۆژ بەو وزانەی عەقڵ سەرسام دەبین، کە دەخرێنە ڕوو. ئەفسوونبازانی خۆشەویستی بڕوایان وایە ئەفسوونی خۆشەویستی بە پلەی یەکەم دەکەوێتە سەر ڕاهێنانی عەقڵ لە ناردنی ئیشارەی مێشک بۆ ئەو کەسەی دەیەوێ جێی مەبەستە. هەروەها پێیان وایە خۆشەویستی لە یەکەم بینیندا دەرەنجامی یەکگرتنێکی توندی ئاماژەکانی مێشکە، کە لە چاوەوە دەر دەچن و هەڵچوونێکی کیمیایی دروست دەکەن. ئەفسوونبازانی خۆشەویستی پشت بە: گژوگیای سروشتی، کەرەستەی کیمیایی، دۆعا و نزای کۆن و نوێ، توانا عەقڵییەکان دەبەستن.

ئەو کەرەستانە چین ئەفسوونی خۆشەویستییان پێ دەکرێت؟

(میدچی Medici)1994 دەڵێت هەرکەس بیەوێت ئەفسوونی خۆسەویستی بکات دەبێ ئەم کەرەستانەی ئامادە کردبێت:١ -بخورد.

١ نابێ ئەوەمان لەبیر بچێت نووسەر باس لە خورافات دەکات نەک هەقیقەت، بۆیە بۆ خوێنەری کورد ئەم بەشە تەنها بۆ وەرگرتنی زانیارییە نەوەک بڕواهێنان بە ئەفسوون و خورافاتەکان و چۆنێتیی ئەفسوونکردنەکە/ وەرگێڕ.

٢ -تاسێکی زیو.

٣ -پێکێکی زیو، پەرداخێکی زیو.

٤ -پارچەقوماشێکی قەدیفە ڕەنگی "سوور، سەوز، شین، زەرد".

٥ -کیسەی بچووکی لەلۆکەدرووستکراو.

٦ -قۆری و چاپاڵێو، کە هەردووکیان زیو بن.

٧ -دوو قاپی مس.

٨ -قاپی تر لە زیو بێت یان شووشە و فەخفووری.

٩- ڕۆژمێری "مانگی" یان هەر ڕۆژمێرێک.

١٠ -قەڵەم و دەفتەر.

١١ -فەرشێکی دوو مەتر چوارگۆشە.

١٢ -مۆمی ڕەنگاوڕەنگ " سپی، سوور، سەوز، زەرد، شین" لەگەڵ لایکەمی چوار مۆمدانی زیو.

١٣ -پاکەتێک شقارتە.

١٤ -کارتۆنێک بۆهەڵگرتنی مۆم و شقارتەکە.

١٥ -قووتووی کارتی تارووتەکان هەر ڕەنگێک بێت.

١٦ -گوڵدانێک زیو بێت یان کریستال.

١٧ -لاپەڕەی باش بۆ نووسینی دۆعاکان.

١٨ -قووتوویەکی زیو بۆ پاراستنی لاپەڕەی دۆعاکان .

تێبینی دەکرێت هەموو ئەو جۆرە ئەفسوونانەی لە خۆرئاوا دەکرێن و لە کتێبەکاندا باسکراون ئەم جۆرە کەرەستانەیان تێدا بەکار دەهێنرێت.[1]

---

١ خوێنەری ئازیز، ئەم باسە و باسەکانی تری تایبەت بە پەیوەندیی کەلووەکان بە خۆشەویستی و کەسێتیی مرۆڤەوە، کە لە بابەتەکانی تری ئەم کتێبەدا هاتوون بۆچوونی نووسەرن و هەرچەندە نووسەر پێی وایە لە زانستدا بڕێک ڕاستییان تێدایە، بەڵام بەندە وەک وەرگێڕێک تەنها لەبەر ئەمانەتی وەرگێڕانەکە وەرم گێڕاون، دەنا وەک بیروباوەڕ بڕوام پێیان نییە و بگرە پێم وایە سەرکەوتنی پەیوەندیی خۆشەویستی بێت یان هاوسەرگیری، دەکەو[illegible]ستی

بۆچی ئەوانەی ئەفسوونی خۆشەویستی دەکەن کەرەستەی زیوی بەکار دەهێنن؟

ئەوانەی ئەم ئەفسوونە دەکەن پێیان وایە زیو کاریگەریی لە کانزاکانی تر زیاترە بۆ بەدیهێنانی ئامانجەکە.. چوونکە زیو باشترین کانزایە بۆ ڕاکێشان و بەهێزکردنی تریفەی مانگ، بۆ نموونە زێڕ بۆ ئەفسوونی خۆشەویستی باش نییە. چوونکە زێڕ پەیوەندیی بە خۆرەوە هەیە و بەمەیش کانزایەکی تایبەتە بەکاری ژیانی ڕۆژانە..لەکاتێکدا زیو کانزایەکی سەر بە مانگ و شەوە و ئەفسوونبازانیش دەڵێن ئەگەر زیو دەست نەکەوت دەکرێت کریستال، یان شووشە بەکار بهێنرێت. کلیلەکانی ئەم ئەفسوونەیش (نۆ) کلیلن کە یەک - پێنج یان بریتین لە زەیتی و عەتری بۆندار و لە شەش - نۆ یشیان کەرەستەی ترن، کە دەکوترێن و تێکەڵەیان لێ دروست دەکرێت.

کلیلی یەکەم: والاکەری دەرگای ڕەمەک" غەریزە": نیرولی Neroli

ئەم ڕووەکە لە نیولا لە ئیتالیا ڕواوە، بنچینەی بیرۆکەکەیش لەوەدایە کە شازادەی نیرولا لە سەدەی شازدەدا دەستی پێ چەور کردووە و خۆی پێ شۆردووە. ئەم شازادەیە بنچینەی عەتری دەستە، کە بە Guanti di Neroli ناسراوە. باشترین بۆنی ئەم زەیتەیش ئەوەیە بە Neroli df Melangola ناسراوە، کە لە پرتەقاڵ دەر دەهێنرێت و باشترین کەرەستەیە بۆ بەکارهێنانی لە ئەفسوونی خۆشەویستیدا، پێشتریش لە پزیشکایەتیدا بۆ نەهێشتنی خەمۆکی و نیگەرانی وەک ئارامیبەخشێکی باش بەکار دەهێنرا، چوونکە کاریگەری لەسەر ماسوولکەکانی دڵ و پاککردنەوەی خوێن هەیە..ئێستایش لە مەساجکردندا بەکار

دوور لە توندڕەویی مرۆڤەکان پێش هەر فاکتەرێکی تر/وەرگێڕ.

دەهێنرێت. بەکارهێنانیشی لە ئەفسوونی خۆشەویستیدا بۆ بەرزکردنەوەی حەز و خواستی سێکسییە لای پیاو بێت یان ژن و یارمەتیدەرە بۆ خۆشلکردن و خۆدان بەدەست سێکسەوە.. هەروەها بۆ دوودڵی و نیگەرانی باشە، بەتایبەتی بۆ ئەو پیاوانەی زوو لە سێکسدا دەگەنە ئۆرگانیزم، بۆ ژنیش وا دەکات لە سێکسدا ترسی نەمێنێت و چێژی تەواوی لێ ببینێت.

ئەفسوونبازان دەڵێن بوونی کەمێک لەم عەتر یان زەیتە لە ژووری خەوتن و لەگەڵ بوونی مۆم یان چەرچەفێکی سووردا، ڕەنگە ببێتە هۆی وروژاندنی لایەنی ئاگری لە ژووری خەوتندا، بۆ ئەوانەیش باشە، کە دەیانەوێت بەپەلە کاری سێکسی تەواو بکەن و گوێ بە چێژی درێژکردنەوەی سێکس نادەن.

کلیلی دووهەم : چاککەرەوەی زایەندی : یالنج یالنج yalang yalang

یالنج یالنج واتە گوڵی گوڵەکان و گوڵێکی بۆنی وەک، تێکەڵەی یاسەمین و بادەمە و ڕەنگێکی زەردی کاڵی هەیە و شوێنی بنچینەیی لە فلیپینە. شارەزایانی زەیت دەڵێن لەم ساڵانەی دواییدا ئەم گوڵە ڕەسانەیەتی بەهێزیی نەماوە. پێشتر لە پزیشکایەتییدا وەک خاوێنکەرەوە و مادەیەکی تیژ بۆ ڕاگرتنی هاوسەنگی هەستەدەمارەکان و وەک ماددەیەکی کردنەوەی ئیشتیهای سێکسی بەکار دەهێنرا. هەرچەند شارەزایانی جوانکاری بۆ پێستی چەور بە زەیتێکی باشی دادەنێن. لەبەر ئەوەی هەستەکان چالاک دەکات لە ئەفسوونی خۆشەویستیدا بەکار دەهێنرێت. چوونکە بڕوا وایە ڕاستەوخۆ مرۆڤ دەگەێنێت بە چاوگەی کێشە و گرفتەکانی و چۆنێتی چارەسەرکردنیان. باشترین بەکارهێنانیشی لەگەڵ ڕەگەزی زەویدایە بە مەساجکردنی جەستە، چوونکە هەستکردن بەتوندوتیژی لە مرۆڤدا ڕادەکێشێت بۆ لەبنهێنانی. لەگەڵ ڕەگەزی ئاگریشدا بەکار دەهێنرێت بە سووتاندنی،

ئەوەیش یارمەتیدەر دەبێت لە نەهێشتنی ترس و چێژوەرگرتن لە خۆشەویستی و سێکس. دەکرێت لەگەڵ ڕەگەزی هەواییشدا بەکار بهێنرێت و ژووری خەوتنی پێ ئاوڕشێن بکرێت و ئەو خەونانە دێنێت، کە ترسەکانت بۆ ڕوون دەکاتەوە، کە تۆ لەچی ترست هەیە. بۆ ئەوەی کاریگەری هەبێت نابێت لە سێ دڵۆپ زیاتر بەکار بهێنرێت.

کلیل سێهەم : دڵکەرەوە: گوڵەباخ

بۆنی عەتری گوڵەباخ باشترین چارەسەرە بۆ کێشە و گرفتەکانی خۆشەویستی. شوێنی بنچینەیی وڵاتی فارسە "ئێران". یەکەمین بەکارهێنانیشی لە هاوسەرگیریی شازادەیەکی فارسدا بووە، بە ناوی "نوور جیهان" کە زاوا شازادە "جیهان" ڕۆژێک پێش ئاهەنگەکەی فەرمانی کردووە بە هەڵکەندنی جۆگەیەکی ئاو و پڕی کردووە لە گوڵ بۆ پێشوازیکردن لە بووکەکەی، کە ڕۆژی دواتر خۆر هەڵدێت و گوڵەکان لە ئاوەکەدا دەتوێنەوە، جۆگەکە دەبێتە جۆگەیەکی عەتری بۆنخۆش. زەیتی گوڵ ڕەنگێکی پرتەقاڵیی سەوزباوی هەیە.. لە ڕووی پزیشکییەوە بڕوا وایە، کە بۆ خاوبوونەوەی هەستەدەمارەکان باشە و یارمەتیدەری کرداری هەرس و سووڕی خوێن دەدات، پێست تەڕ و نەرم دەکات و ورووژێنەری سێکسە.

لە ئەفسوونی خۆشەویستییشدا پێیان وایە کاتێک لە شوێنێکدا دەسووتێنرێت، یان نێوچەوانی پێ چەور دەکرێت، هەست دەکەیت لە خۆشەویستیدایت و بەرانبەرەکەیشت زیاتری خۆشدەوێت.

کلیلی چوارەم: چاککەرەوەی دڵ: یاسەمین.

عەرەب و فارس و دواتریش ژاپۆنییەکان بە یاسەمین ناویان بردووە، زەیتی یاسەمین سوورێکی تۆخە و لە زەیتە گرانبەهاکانە. لەڕووی پزیشکییەوە لە بازنەی پزیشکایەتیی دەروونییدایە لەبەر

ئـەوەی متمانـە بـە دەروون دەدات و هــەوەس بـاش دەکات و بـە تێکەڵکردنـی لەگـەڵ زەیتێکدا و چەورکردنـی جەسـتە پشـوو بـە مرۆڤ دەدات و خۆشـحاڵی دەکات. لـە بەکارهێنانیدا لـە ئەفسـوونی خۆشـەویسـتیدا خۆشـەویسـتی لای ژن و پیـاو چـالاک دەکات. بـۆ وروورژاندنـی هەسـتی ڕۆمانسـی بەکەڵکـە و چەورکردنـی جەسـتە ختووکەبەخشــە و پێویسـتی بەخۆشەویسـتی دێنێتـە ئـارا. بـەڵام ئەفسـوونبازان دەڵێن دەبـێ بەکارهێنـەری پەلـەی نەبێت، چوونکـە دوای چەنـد هەفتەیـەک کاریگەریـی دەر دەکەوێت.

کلیلی پێنجەم: ژوانی خۆشەویستی: میلیسا Melissa

بـە لیمۆییـش ناسـراوە و لـە دارسـتانەکانی ئەورووپـادا هەیـە. رووەکێکە گوڵێکی بچووکی سپی یان زەردی هەیـە و ڕۆنەکەی لە گەڵاکەی دەر دەهێنرێت نەک گوڵەکەی و لە هاویندا کۆ دەکرێتەوە، واتـە پێش ئـەوەی گـوڵ بکات. میلیسـا بـە یۆنانـی ماناکـەی "هەنگـە" چوونکـە هەنـگ ئـەو گوڵـەی خـۆش دەوێـت. لـە سـەدەی حەڤدەوە وەک چارەسـەر بـەکار هێنـراوە. لـە پزیشـکیدا وەک خاوێنکەرەوە و هـاوکات وەک ئارامکـەرەوەی هەسـتەدەمارەکان بـەکار دەهێنرێت، لـەدەرەوە جەسـتە دەبووژێنێتـەوە و لەناوەوەیش هەسـتەدەمارەکان ئـارام دەکاتـەوە. لەگـەڵ زەیتـی سـۆیادا تێکـەڵ دەکرێـت و بـۆ مەسـاجی جەسـتە چەنـد دڵۆپێکـی لـێ بـەکار دەهێنرێت.

لـە ئەفسـوونی خۆشـەویستییشـدا دەڵێـن هەڵمژینـی بۆنەکـەی کاریگەریەکـی بەهێـزی هەیـە بـۆ نەرمونیانکردنـی دڵـی ڕەق و بـە بەردەوامـی بۆنکردنـی دەبێتـە هۆکاری قبوڵکردنی ئـەو پەیوەندییەی تێیـدا دەژییـت، یـان لـە پێشـتدایە بەبـێ ڕەخنـە و گلەیـی..

چـوار کلیلەکـەی تـر بریتییـن لـە تێکەڵکردنـی چـەن ماددەیـەک و دڵۆپاندنیـان و بـۆ ئـەو مەبەسـتە دەبـێ پۆشـاک و کەرەسـتەی تایبـەت و شـوێنی ئامادەکردنیشـی بـۆ ڕێک بخرێت. ئەفسـوونکاران پێیـان وایـە، کـە دەبـێ هـەر نـۆ کلیلەکە لەبەرتریفـەی مانگدا بەکار

بهێنرێن و ئەو ڕەگەزە بەهەند بزانرێت، کە کاری لە تۆ یان لەو کەسە کردووە، کە خۆشت دەوێ، ڕەگەزەکە: ئاگرییە، خاکییە، هەواییە، یان ئاوییە.

ئەو بازنەی ئەفسوونکارییە چییە کە دەبێ ئەفسوونەکەی تێدا بکرێت؟

بازنەیەکە ئەو کەسە دەیکێشێت، کە دەیەوێت ئەفسوونەکە بکات. بازنەی ئەفسوونکاری بیرۆکەیەکی دێرینی پێش نووسینی مێژوو کەوتووە، بنچینەکەیشی بازنەی ئاگرە مرۆڤی سەرەتا کێشاویەتی و لەناویدا دانیشتووە بۆ ئەوەی خۆی لە درندە کێوییەکان بپارێزێت. مرۆڤی سەرەتا لە شەودا و لەنێو ئەو بازنەیەدا هەستی بە خۆشحاڵی و دڵنیایی کردووە .

مرۆڤی سەرەتایی دواتر پەرەی سەندووە و ئامرازی تری خۆپاراستنی داهێناوە. بەڵام بازنە ئەفسووناوییەکە ماوەتەوە بۆ ئەوەی لە ئەندێشەیدا ئامانجی تر لە خۆشەویستیدا بۆ بەدی بێنێت. وەک پارێزگاری و دڵنیایی و سکوونەت. بنچینەی بیرۆکەکەیش لەوەدایە مرۆڤ لەدەرەوەیدا لە تاریکی و ترس گەڕێ و لەناوەوەیدا لە دڵنیایی و سکوونەتدا بێت. لە بازنەی ئەفسوونیشدا هەموو کەرەستەکان بەکار دەهێنرێت.

بازنەی ئەفسوون لەبەرتریفەی مانگەشەودا دەکێشرێت. ئەفسوونبازانی خۆشەویستی دەڵێن دەبێ مانگ بێگەرد و ڕۆشن بێت و ئەستێرەی لەدایکبوونت لە ئاسماندا دیار بێت. ئەگەر بە چاو و بە تەلیسکۆبیش نەبینرێت دەبێ بە مانگنامە بزانرێت لە ئاسماندایە. دەڵێن ئەگەر ئەم ئەفسوونە لە باخچەدا نەکرا، ژووری خەوتن باشترین شوێنە گەر پەنجەرەکەی کراوە بێت و تریفەی مانگی لێوە بێتە ژوورەوە، بۆ بازنەکەیش بە تەباشیرێک، یان بە شریتێک و خۆت لەناویدا بیت و ئەوەندە بێت جێی خۆتی

تێدا بێتەوە. دەبێ هەرچوار لاکە، چوار ئاراستەکە دیاری بکرێت و لە هەر لایەک مۆمێک دابنرێت و وێڕای دانانی چەندین مۆمی تریش لە ژوورەکەدا، هەر لایەکیش لە لاکان ڕەگەزی خۆی هەیە، کە دەبێ هێماکانی بەم شێوەیە دابنرێت:

باکوور: ڕەگەزی ئاگر، "هێماکەی ئەو تاسەیە دووکەڵی تێدا دەکرێت".

باشوور: ڕەگەزی خاک، زەوی" هێماکەی تاسی زیوینە، کە میوەی تێدا دادەنرێت".

خۆرئاوا: ڕەگەزی ئاو، "هێماکەی تاسی زیوینە".

خۆرهەڵات: ڕەگەزی هەوا، " هێماکەی ئاوێنەیە".

دواتر لە دەرەوەی بازنەکەدا وەرەقەی "تاروت" بە ئاوەژوو بە چواردەوری بازنەکەدا دادەنرێت.

دواتر زۆر بەهێمنی و ئارامی، لە شوێنێکدا نە تەلەفزیۆن، نە دەنگ، نە تەلەفۆن، نە مۆبایلی لێ نەبێت، بە قاچی چەپ بچۆرە نێو بازنەکە، چاوەکانت بنووقێنە و هەست بە تریفەی مانگ بکە و بیر لە هەرچوار لاکە بکەرەوە و بە خۆت بڵێ، ئاگر خۆشەویستیی ژیانمان دەداتێ..ئاو خۆشەویستیی خۆراکمان دەداتێ. خاک خۆشەویستی سۆز و ئیشتیهامان دەداتێ. هەوایش دەبێتە هاوڕێ و هاوەڵ.

دواتر بەوردی و بەکورتی ئەو شتە بڵێ لە ژیانی سۆزداریدا دەتەوێت..داوایەکی دیاریکراو، گەڕانەوەی خۆشەویستەکەت،کەمبوونەوەی غیرە،داوایەکی دیاریکراو و چاونووقاندن زۆر گرنگە، دواتر ڕوو بکەرە ئەو لایەی خۆت پێت وایە دەبێ ڕووی تێ بکەیت و یەکێک لەو کارتی تارووتانە هەڵبگرە، کە بە ڕووەکەیدا دانراوە،لەو کارتەدا بەختت بخوێنەرەوە. دەکرێت خۆشەویستەکەت ئەگەر لەوێدا لەگەڵتا بوو ببرێتە نێو بازنەکەوە.

بۆ ئەفسوونی خۆشەویستی کام قۆناغی مانگ باشە؟

ئاسمان و ئەستێرە و مانگ پەیوەندیی گەورەیان بە ئەفسوونی خۆشەویستییەوە هەیە..ئەفسوونبازانی خۆشەویستییش پێیان وایە هەر قۆناغێک لە قۆناغەکانی مانگ ئەفسوونی پەیوەند بە خۆیەوە هەیە..هەروەها دەڵێن لە مانگی یەک شەوەوە، تا مانگی چواردە شەو دەتوانین ئەفسوونێکی دیاریکراو بکەین. هەر وەک پێیان وایە مانگ بە چەند قۆناغێکدا دەڕوات:

- سەرەتای دەرکەوتنی زۆر کزە و تەنها باریکەهێڵێکی ڕووناکە..ئەوە قۆناغێکی باشە بۆ داواکردنی خۆشەویستی،وتنی نزای تایبەت خۆشەویستی نوێ پەیدا دەکات.

- قۆناغی مۆمی Waxing بریتییە لە چارەکەی یەکەم و دووەمی مانگ، کە قۆناغێکی باشە بۆ داواکردنی گەشەسەندنی خۆشەویستیی نوێ، کە تازە دەستی پێکردووە. هەروەها خوێندنی نزا بۆ ئەوەی ئەو خۆشەویستییە گەشە بکات و بچەسپێت.

- قۆناغی Wauing قۆناغی چارەکەی سێیەم و چوارەمی مانگە. ئەو قۆناغەیە، کە تیایدا نزای لابردن و نەمانی کێشە و گرفت و قەیرانە سۆزدارییەکانی ئەویندارا دەگوترێت.

- مانگی تەواو، باشترین کاتە بۆ چەسپاندن و مانەوەی پەیوەندیی خۆشەویستی لە ژیانی مرۆڤدا..مانگی تەواو باشترین کاتە بۆ ئەنجامدانی ئەفسوونی تایبەت بە خۆشەویستی. دەڵێن دەکرێت لەم قۆناغەی مانگدا هەموو نزاکانی تریش بخوێنرێت.

- مانگی تاریک لە شەوی لیڵدا. خراپترین قۆناغی مانگە،نابێ تیایدا نزاکانی خۆشەویستی بگوترێت مەگەر بۆ کۆتاییهێنان بێت بە پەیوەندییەک، کە هیچ هیوایەکی تێدا بەدی نەکرێت.

حەمامی مانگ چییە؟

حەمامی مانگ یەکێکە لە شێوەکانی ئەفسوونی خۆشەویستی و بۆ گەرمکردنەوەی خۆشەویستیی سارد بەکار دەهێنرێت. ئەفسوونبازان دەڵێن بۆ ئەم ئەفسوونە دەبێ مانگ بکەوێتە تەواوی. پەنجەرەکەت لەبەرانبەر مانگی چواردە شەوەدا بکەرەوە، لە پەنجەرەکەدا شتێک دابنێ، کە دەتەوێت بەهۆیەوە ئەشقەکە گەرموگوڕ بکەیتەوە. بۆ نموونە وێنەی خۆشەویستەکەت، دیارییەک، کە دەتەوێ پێشکەشی بکەیت، بۆ ماوەی کاتژمێرێک لێگەڕێ با لە پەنجەرەکەدا بێت، یان لە پەنجەرەکەدا و بەرانبەر مانگی چواردە شەوە مۆمێک دابگیرسێنە، تا تەواو دەبێت، هەرکات با کوژاندیەوە دای بگیرسێنەوە، باشتر وایە مانگی دواتریش لەگەڵ گەیشتنی مانگ بە چواردە جارێکی تر دووبارە بکرێتەوە، تا ئامانجەکە بەدی دێت.

بەسەرهاتی پەرستگای خۆشەویستی چییە؟

لە کۆندا ئەفسوونبازانی خۆشەویستی لە ئەوروپا و هەندێ وڵاتی خۆرهەڵاتدا، کە بڕوایان بە خۆشەویستی هەبوو، لە پەرستگایەکی بچووکدا، یان لە سووچێکدا ئەفسوونی تایبەتی خۆشەویستییان دەکرد، ئەو شوێنەیان بەجوانی و هەموو کەرەستەیەکی پێویستەوە ئامادە دەکرد.

لەم سەردەمەدا و لەگەڵ بوونی ئازادییەکان و دابینکردنی مافی ئەفسوونبازان و نەمانی ترسیان لە کڵێسا، هەروەها لەگەڵ زیاتربوونی مەودای کێشە و گرفتە سۆزدارییەکان، بەتایبەتی لە وڵاتانی ئەورووپادا، خەڵکی دەتوانن ڕێوڕەسمی تایبەت بە خۆیان بکەن، کە ببێتە هۆکاری هاوسەنگکردنی ژیانی سۆزدارییان. ئەوەی بانگەشە بۆ بیرۆکەی پەرستگای خۆشەویستی دەکات،

دەڵێت ئەگەر هەرکەس بیەوێت دەتوانێت پەرستگایەکی بچووک لە ماڵەکەیدا لە باخچەی ماڵەکەیدا ئامادە بکات لە سووچێکدا، پێیان وایە سووچێکی ژووری خەوتن باشترین شوێنە و ئەگەر نەکرا لە هەر شوێنێکدا بێت هەر دەبێت. لەو شوێنەدا مێزێکی بچووک دابنێ، شتێکی لەسەر دابنێ، کە بە لاتەوە گرنگە،کتێبێکی پیرۆز،شووشـەیەکی عەتر، کە باشتر وایە عەتری گوڵ بێت یان عەتری یاسەمین یان مرواری، چوونکە مرواری هێمایەکی باشە لە دنیای ئەفسوونبازیدا و پەیوەندیەکی قووڵی هەیە، ئەڵماسیش هێمایە بۆ ئەشقێکی ئەبەدی، هەموو ڕۆژێک گوڵێک لەو پەرستگایەدا دابنێ و مۆمێکیش دابگیرسێنە، ئەفسوونبازان ئاگادارت دەکەنەوە، کە نابێ بهێڵێت گوڵەکە وشک و پەژمووردە بێت، تا ئەو ڕادەیەی بۆگەن بکات، بەڵام ئەگەر گوڵەکە پەژمووردە بوو ئەوا وشکی بکەرەوە، ئەگەر بۆگەنی کرد ئەوە خراپە و دەبێتە مایەی ڕەشبینی و شوومی لە ژیانی سۆزداریدا. وێنەی خۆت و خۆشەویستەکەت بخەرە سەر مێزەکە یان ئەگەر دوو وێنەیش بوو لەنزیکی یەکەوە دایان بنێ، لەبارەی گوڵیشەوە ئەفسوونبازان دەڵێن باشتر وایە سێ گوڵ بخرێتە ئینجانەیەکەوە، گوڵێکی سوور بۆ خۆشەویستیی گەرموگوڕ، گوڵێکی سپی بۆ پاکیوبێگەردی، گوڵێکی پەمەیی بۆ ڕۆمانسییەت، هەروەها پێیان وایە زۆر باش دەبێت ئەگەر بەردێکی گرانبەها لەسەر مێزەکە و لەسەر پارچەقوماشێکی قەدیفە دابنرێت، بۆ ئەوەی بەردەکە جوان دیار بێت.

ئەفسوونبازان ڕێنماییت دەکەن، کە جگە لە خۆت و ئەو کەسەی خۆشت دەوێت هیچکەسێکی تر دەستی بەر ئەو شتانە نەکەوێت. هەروەها دەڵێن بەردەوام هەڵکردنی مۆمەکان و دانانی گوڵی تازە خۆشەویستییەکی نوێت بۆ پەیدا دەکات یان ئەو ئەشقەت بۆ زیندوو و چالاک دەکاتەوە، کە تیایدا دەژییت.

ئەو چوار ڕەگەزە چیین، کە ڕۆحانییەکان پێیان وایە کۆنترۆڵی ژیانمان دەکەن؟

ڕۆحانییەکان لەو بڕوایەدان وزەی خۆشەویستی، کە لە ناخەوە دەمانهەژێنێت، چوار سەرچاوە یان چوار ڕەگەزی بنچینەییی هەیە: ڕەگەزی هەوا – ڕەگەزی ئاو- ڕەگەزی خاک، زەوی- ڕەگەزی ئاگر. لە هەمووماندا ئەم چوار ڕەگەزە هەیە و بە پلەی جیاواز لەیەکتری و بەپێی جۆری پەیوەندییەکان و سروشتی کەسێتیمان لە ژیانی سۆزداریماندا ڕۆڵ دەبینن.

لە دنیای ئەفسوونیشدا بڕوا وایە، کە باشترە لێکۆڵینەوە لەو ڕەگەزانە بکرێت بە مەبەستی بەگەڕخستنیان لە ئەفسوونێکی گونجاودا بۆ کەسێکی گونجاو، ڕۆحانییەکان لەو بڕوایەدان هەر مرۆڤێک دەبێ لە هەموو ئەم ڕەگەزانە بکۆڵێتەوە و ئاماژە و مانا و هێماکانی بناسێت، تا لە ژیانی سۆزداریی خۆی تێبگات و کێشە و گرفتەکانی چارەسەر بکات.

ڕەگەزی خاک لە خۆشەویستیدا ڕۆڵی چییە؟

ڕۆحانییەکان پێیان وایە ڕەگەزی خاک پەیوەندە بە ڕەنگی سەوزەوە و هێماکەیشی ئەو دەفرەیە میوەی تێ دەکرێت و شێوازە ئەفسوونییەکەیشی بە مەساج" شێلان" و پۆشاک دەکرێت.

لای ڕۆحانییەکان خاک ختووکە و لایەنی جەستەیی دەگەێنێت لە خۆشەویستیدا، خاک ڕەنگدانەوەی خۆشەویستیی جەستەیە و بێگومان تەنها لایەنە سێکسییەکە ناگرێتەوە، لەئامێزگرتن و هەموو جۆرەکانی لەیەکنزیکبوونەوە و بەرکەوتنی جەستەیی لە شارستانیی خۆرهەڵاتی ئێمەدا، تەنانەت لای هاوڕێ و خزم و

دۆستانیش قبوڵکراوە و خەڵکی، کە یەکتری دەبینن باوەش بە یەکتریدا دەکەن و یەکتری ماچ دەکەن، کەواتە لەمەدا ئێمە لە خۆرئاوا بەختیارترین، چوونکە لەئامێزگرتن و ماچکردن لای ئەوان تەنها لای ئەوانە دەبێت، کە یەکترییان خۆش دەوێت، واتە تەنها لە ژیانی سۆزداریدایە.

ئەوەی لە باوەش و ئامێز بێبەری بێت کەسێکی خەمناکە، گرفتی خۆرئاوا لەوەدایە لەئامێزگرتن و ماچکردن ختووکەیەکی غەریزەییی سێکسییە و لەوەیشدا ڕەگەزی خاک لەواندا شێوێنراو و بگرە لەناو براوە. کەموکورتیی ڕەگەزی خاک لە پەیوەندیدا وا دەکات هەردوو ئەویندار لە پەیوەندییەکی بێتام و چێژدا بن و مانەوەیان پێکەوە وەک نەریت، یان خووبەیەکەوەگرتنێک بێت، یان ئەگەر پێویستی و ئەرکیش بێت، بەڵام دواجار خاڵییە لە دڵنیایی و سۆز.

ڕێگە بۆ گەشەدان بە ڕەگەزی خاک:

نەبوونی ڕەگەزی خاک لە پەیوەندیدا ئازاری هەردوو لا دەدات، بۆیە باشتر وایە گەشە بەو ڕەگەزە بدرێت. ئەو لایەنەی ڕەگەزی خاکی بەهێزتر بێت دەتوانێت لەلایەکەی تردا بەهێزی بکات، خێراترین و باشترین ڕێگە بۆ مامەڵەکردنی ڕاستەوخۆ لەگەڵ زەوی- خاکدا. مامەڵەکردنە لەگەڵ پێیەکاندا.

هەردوو لا دەبێ بکەونە شێلانی پێی یەکتری، بەتایبەتی پەنجە گەورەکان، کە دەبێ کاتی تەواویان بۆ تەرخان بکرێت، ئەگەر یەکترییش بشێلن باشتر دەبێت. ئەگەر هەر خۆیشت بوویت و زانیت ڕەگەزی خاکت لاوازە، کە نیشانەکەی لاوازیی پێکگەیشتنی جەستەییە. دەتوانیت خۆت شێلانەکەی پەنجەکانت بۆ خۆت بکەیت ئەوکات دەبینی چۆن ناخت دەهەژێت. ئەگەر بکرێت قاچەکانیش بخرێنە ئاوێکی شلەتێنەوە و بشێلرێن ئەنجامەکان باشتر دەبن. قاچەکان هەڵگری ئێمەن. بۆیە شێلانیان

و پشـووپێدانیان و لەپێکردنـی پێـڵاوی فـراوان و پاکوخاوێنیـان دەبێتـە پشـوودان بـە هەمـوو جەسـتە.

هێمای ڕەگەزی خاک:

لای ڕۆحانییـەکان دەفری زیویـن هێمـای ڕەگـەزی خاکە، بـەڵام دەبێ هەندێ میوەی ئـەو کاتـەی تێدا بێت، کە باشـتر وایـە سێو بێـت. هەرچەنـدە پڕکردنـی لـە چەرەسـات لـە زسـتاندا باشـترە، چوونکە چەرەسـات هێمـای خۆشـەویستی و بەپیتیـەی بۆ حاڵەتی زایەنـدی و مناڵبـوون. ئـەو دەفـرە پـڕ لـە میـوە یـان چەرەسـاتە کاریگەریـی ئەفسـووناوی دەدات بەوانـەی ڕەگـەزی خاکیـان تێدا نییـە. میـوە باشـترین دیاریـی زەوییـە بـۆ مـرۆڤ و هێـز و گـوڕ بـە جەسـتە دەدات و جـوان و ناسـکتری دەکات. میـوە شـیرین و خۆشـە ئەگـەر بخورێت یان بۆنـی بکرێت یـان دەستی لێ بدرێت و تەنانـەت تەماشاکردنیشـی خۆشـە.

ڕەگەزی هەوا ڕۆڵی لە خۆشەویستیدا چییە؟

ڕۆحانییـەکان دەڵێـن ڕەگـەزی هـەوا پەیوەنـدە بـە ڕەنگـی زەردوە و هێماکەیشـی ئاوێنەیـە و شـێوازی ئەفسـوونی ئـەم ڕەگـەزە خەونبینینەکانـە. ڕەگـەزی هـەوا پەیوەنـدە بـە بەهـای قبوڵکردنـی خۆشەویسـت و تێگەیشـتنەوە لێی. ئـەم ڕەگـەزە یان بـۆ هاوڕێیەتی ئاسـاییە، یـان هاوڕێیەتییـەک لـە بازنـەی پەیوەندیـی خۆشـەویستیدا بێت.

هـەوا ڕەنگدانـەوەی زیرەکـی، بیرکردنـەوە، پێکەوەبـوون و لێکحاڵیبوونـە. کاتێـک ئـەم ڕەگـەزە لـە مرۆڤدا پێنـاگات، لـە ڕەفتـاری شـەڕ و لۆمەکـردن و ڕەخنەگرتـن لـە خەڵکـی و گـەڕان بـۆ کێشـە و گرفتگەلێکدا دەر دەکەوێت، کە لە واقیعدا بوونیان نییـە. لـە کاتێکدا بوونـی ئـەم ڕەگـەزە توانـای لەخۆدوورخسـتنەوەی کێشـەکانی ژیـان و کۆنترۆڵکردنـی خواسـتەکانمان پـێ دەبەخشـێت. لەگـەڵ

پەرەسەندنی ئەم ڕەگەزە لە جەستەماندا دەتوانین خەسڵەتەکانی بەرانبەرمان ببینین و لە بۆچوون و گۆشەنیگاکانی تێبگەین و درک بە هەست و سۆزەکانی بکەین. چەندە گەشە بەم ڕەگەزە بدەین هێندەیش توانای بینینی خەم و ترس و پێویستییەکانی بەرانبەرمان زیاتر دەبێت. خەسڵەتی ئەم ڕەگەزە لەوەدایە، کە لەگەڵ پەرەسەندنیدا لە مرۆڤدا توانا و ڕۆحییەتی یەکسانیی لەگەڵ خەڵکانی تردا زیاتر دەبێت. پێگەیشتنی ئەم ڕەگەزە وات لێ دەکات هەست بە یەکێتیی هەست و سۆزەکانت لەگەڵ ئەو کەسەدا بکەیت، کە خۆشت دەوێت.

کە ڕەگەزی هەوا نەبێت، یان وەک پێویست پەرەی نەسەندبێت، ئەوکات پەیوەندیی نێوان خۆشەویستان ئەستەم و هەستکردنیان بە ئاشتی و دڵنیایی نامێنێت و هەریەکەیان بە کێشە و گرفتەکانی خۆیەوە سەرقاڵ دەبێت و هەست بەوی تریان ناکات لەسەر هەر هەڵەیەک لە پەیوەندییاندا لایەنی بەرانبەری لۆمە دەکات. ڕەنگە پەیوەندیی خۆشەویستانێک ڕەگەزی هەوایان کەم بێت، تا ڕادەیەکی زۆر عاتیفی و هاوکات پڕیش بێت لە هەڵوێستیی درامیی توند، بەڵام پەیوەندیەکە توانای بەردەوامی نابێت، چوونکە یان لایەکیان یاخود هەردوولایان ناتوانن لە ژیانێک بەردەوام بن سەرتاپای شەڕ و کێشە و ئاژاوە بێت.

ڕێگەیەک بۆ پەرەدان بە ڕەگەزی هەوا:

لایەکی پەیوەندییەکە، یان هەردوو لا دەبێ لەو بیرکردنەوە و وشانە خۆیان دوور بگرن، کە دەبێتە هۆی گەرمکردنی ڕەخنە و لۆمە و کێشەنانەوە. سەرەتا هەردووکتان پێکەوە، یان بەجیا و بەتەنها لە شوێنێکدا دابنیشیت و بۆ خۆت قسەی بێسەرەوبەر و بێمانا بکە، یان لە ساتەوەختێکدا وا هەست بکەیت ئاژاوە و کێشەکە دەست پێدەکات، بۆیە لەو سەروبەندەدا و شەگەلێک بڵێ بێمانا و دەکرێت بەو وشانە بڵێین منجەمنج، کاتێک لایەنی

دووەم گوێی لەو منجەمنجنە دەبێت ڕەنگە پێبکەنێت، یان زۆری بەلاوە سەیربێت، کە تۆ لە خۆتەوە شتی سەیروسەمەرە و بێمانا دەڵێیت، ئەمە تەقینەوەی نێو هەرا و قرەکان دەبڕێتەوە. هەندێ جاریش ئامۆژگاری و ڕێنمایی هاوسەر و ئەوینداران دەکەم، کە خەریکن بگەنە ساتەوەختی بەگژیەکداچوون، یەکسەر بکەونە گۆرانی وتن، گۆرانییەکی منالان بێت یان گۆرانییەکی خۆش، کە جێی منجەمنجەکە دەگرێتەوە، بۆیە ماوەکەی چەندە زیاتر بێت هێندە زیاتر مەبەستەکە بەدی دێت. ڕۆحانییەکان پێیان وایە یەک کاتژمێر دەبێتە هۆی پاککردنەوەی زیاتری ڕۆحت. دوای ئەوە بێدەنگ بە و چاوەکانت بنووقێنە و چێژ لەو بێدەنگییە وەر بگرە، کە ماوەکەی هێندەی ماوەی منجەمنجەکەیە. ئەگەر هەردوو لا ئەم حاڵەتە لەیەکتری قبوڵ بکەن دەگەنە پەیوەندییەک لە هێمنی و ئارامی و ئاشتی.

هێمای ڕەگەزی هەوا:

ڕۆحانییەکان دەڵێن ئاوێنە هێمای ڕەگەزی هەوایە. چوونکە ئاوێنە پەیوەندیی نێوان ژن و پیاو، یان ئەوی تر لە ناخماندا پیشان دەداتەوە، ئاوێنە ناخمان پیشان دەداتەوە. ڕۆحانییەکان دەڵێن بە هێمنی و بێدەنگی ڕوانین بۆ ئاوێنە دوای بۆڵە و منجەمنج دەرەنجامی باشی دەبێت، بۆ ئەو مەبەستەیش ئاوێنەی زیوین بەباشتر دادەنرێت و دەبێ بە دەستەوە بگیرێت، تا ئامانجەکە بەدی بێت.

ڕەگەزی ئاگر لە خۆشەویستیدا چ ڕۆڵێکی هەیە؟

ڕۆحانییەکان دەڵێن ڕەنگ و هێماکەی دەفری دووکەڵکردنە و شێوازی ئەفسوونەکەیشی سووتاندن و بۆنکردنی دووکەڵە.

خۆشەویستی بەبێ ئاگر هیچ نییە، ئاگر بۆ وروژاندنی هەست و بێگەردکردنی ئەندێشە و گەشکردنی چاوەکانە و سۆزی

ئاسایی دەکاتە هەستێکی گەرمی خۆشەویستی. ئاگر گۆڕینی وزە و هۆکاری بەخشینی ژیانە بە هەموو ڕەگەزەکانی تر.

خۆشەویستییش وەک ئاگرە، واتە خۆشەویستی زۆر سووتێنەر و وێرانکەرە. بۆیە لە حاڵەتی خۆشەویستی ئاگریندا دەبێ کەمێک دوورکەوتنەوە لە خۆشەویست و بایەخدان بە شتی تر هەبێت، بۆ ئەوەی هەست و سۆزەکان هاوسەنگ بکرێن. خۆشەویستی ئاگرین سروشتێکی کاتیی هەیە. چوونکە ڕەوا نییە هەست و سۆزێکی گەرم بە بەردەوامی لە سووتاندا بێت. لە زۆر باردا خۆشەویستیی ئاگرین، یان ڕەگەزی ئاگر لە خۆشەویستیدا بنچینەی مانەوەی پەیوەندی خۆشەویستییە، چوونکە هەردوو لا ڕۆژانە لەیەکتریدا شتی نوێ دەبیننەوە. خۆشەویستیی ڕاست و دروست ئاگرێکی تێدایە هەموو شتە مردوو و بێزارکەرەکانی ژیان و ناکۆکییەکان دەسووتێنێت و دەیانکاتە خۆڵەمێش و هەردوو خۆشەویستیش هەست بە جۆرێک ئازادی دەکەن، وەک ئەوەی تازە لەدایک بووبێتن.

ڕێگەکانی پەرەدان بە ڕەگەزی ئاگر:

شوێنێکی ئارام هەڵبژێرە بۆ سووتاندن، ئێوارە بێت یان پێش خەوتن، یان باشتر وایە لەو کاتەدا، کە هەست بە مەترسی و نیگەرانی و ئیرەیی و دوودڵی دەکەیت، یان کاتێک نیگەرانی لە کردنی کارێکی نوێدا یان نیگەرانیی ژوانی یەکەمی لەگەڵ خۆشەویستەکەتدا، لەو کاتەدا مۆمێکی بچووک بهێنە، هەستەکانت لەسەر پەڕەکاغەزێک بنووسە و بە دەنگی بەرز بیخوێنەرەوە و بیسووتێنە، هەفتانە و بۆ ماوەی چوار هەفتە دووبارەی بکەرەوە. لە هەفتەی پێنجەمدا شتێکی جوان بنووسە، شتێک بینیبێتت، شتێک بە دڵی خۆت بێت و هیوای بۆ بخوازیت. سێ هەفتەیش ئەمەیان دووبارە و سێبارە بکەرەوە. ئەم ڕاهێنانە وا دەکات لە پەیوەندیی سۆزدارییتدا بەختەوەرتر و کەم کێشەتر بێت.

هێمای ڕەگەزی ئاگر:

دەفری دووکەڵکردن هێمای ڕەگەزی ئاگرە بۆیە بۆنوبەرامە و بۆنکردن لە ڕەگەزە گرنگەکانی ژیانمانە. بۆن بۆیە گرنگە چوونکە پەیوەندە بە کەسانێکی دیاریکراوەوە، بۆنی دایک، بۆنی جێگەی خەوتن، بۆنی ماڵ، هەموو ئەم بۆنانە گرنگن و دەشێت ببنە ڕەگەزی بنچینەیی بۆ ئاشنابوونمان بە کەسانی تر، تەنانەت لە دنیای ئاژەڵانیشدا بۆنکردن فاکتەری پێکئاشنابوونە، بۆیە بۆنکردنی جل و بەرگی کەسی خۆشەویست دەبێتە فاکتەرێکی یارمەتیدەر لە گەشەدان بە ڕەگەزی ئاگر لەنێوان خۆشەویستاندا.

ڕۆڵی ڕەگەزی ئاو لە خۆشەویستیدا چییە؟

ڕۆحانییەکان پێیان وایە ڕەنگی ڕەگەزی ئاو شینە و هێماکەیشی پەرداخێکی پڕە لە شلەیەک بکرێت بە ڕۆحانییەتەوە بیخۆینەوە، وەک گوڵاو بۆ نموونە، شێوەی ئەفسوونەکەیشی بە خواردنەوە و خۆشنۆردنە. خۆشەویستیی دڵ و سۆز هاوبەندە بە ڕەگەزی ئاوەوە، واتە هاوبەندە بە خۆشەویستی تایبەتی شیعر و چیرۆکە عاتیفییەکانەوە، کە دەبنە هۆی پێکەنین و گریان و هەموو هەست و سۆزەکانی نێوانیان.

لای ڕۆحانییەکان ئەم ڕەگەزە نموونەیە بۆ هێز، هاوکات نموونەیشە بۆ سروشتی مێینەیی چوونکە ژن لە پیاو بەسۆزترە.

ژنی پێنەگەیشتوو لە ڕەگەزی ئاودا سۆز وەک گۆڕینەوەیەک بەکار دەهێنێت، بۆ نموونە دەگری بۆ ئەوەی هەرچییەکی بوێت پیاو بۆی جێبەجێ بکات، یان وەک تۆڵەسەندنەوەیەک سۆز و سێکس لە پیاو دەگرێتەوە. سروشتی پیاو ئاوی نییە چوونکە گوزارشتکردن لە هەست و سۆز لە سروشتی پیاو نییە. بۆ ئەوەی قەرەبووی ئەم حاڵەتەیشی بکاتەوە زیاتر حەز لەوە دەکات خاکی، یان ئاگری بێت.

کەسـی پێگەیشـتوو لـە ڕەگـەزی ئـاودا بەختـەوەری و خۆشەویستی دەخاتە ماڵەکەیەوە بەو هۆیەشەوە تەنانەت ئەگەر لەوپەڕی ئازاریشدا بێت، کەسێکی خۆشنوودە. کەسێک بتوانێت مەلە بکات کەسێکە توانای هاوسەنگڕاگرتنی ڕەگەزی ئاوی هەیە لە ناخیدا، کەسانی هاوسەنگ لە ڕەگەزی ئاودا بەئاسانی پێدەکەنن و دەگرین و هیچ هەستێکیشیان ناشارنەوە و بەئاسانی دەری دەبڕن.

شێواز بۆ پەرەدان بە ڕەگەزی ئاو:

ئەگەر هەستێکی توند دڵودەروونتی گرت، بالیفێک بێنە و بچۆرە ژوورێکی ترەوە، کە نە تۆ کەس بێزار بکەیت و نە کەسیش تۆ بێزار بکات. بە هەر شێوازێک خۆت بەباشی دەزانیت قسەی ناخ و دەروونت بۆ بالیفەکە بکە، ئەگەر تووڕە بوویت بکەوە وێزەی بالیفەکە و ئەگەر خەمبارییش بوویت بەسەریا بگری، ئەگەر هەستت بە ئیرەیی و نادادپەروەرییش کرد بیدڕێنە و لەتلەتی بکە. هەر جۆرە شتێتگیرییەکت بۆ کرا بیکە، تا ئیتر وا هەست دەکەیت هێزت لێ بڕاوە و کەفوکوڵی دڵودەروونت دامرکاوەتەوە. دواتر لەسەر پشت پاڵبکەوە و چاوەکانت بنووقێنە و هەموو ئەوانە بێنەوە بەرهەستت، کە لە جەستەتدا ڕوویان داوە، لە ئازار و ناخۆشی و هەروەها سەرفرازی و پشووی جەستەت ورد بەرەوە، دواتر هەڵسە و بە خۆت بڵێ هەموو ئەوەی کردوومە و هەستم پێ کردووە شتێکی ئاسایی و سرووشتییە: تووڕەبوون، ئیرەییبردن، نائومێدی و هاوار و دڕاندنی بالیفەکە، ئەگەر بشتوانیت لە دەرەوەدا کەفوکوڵی دەروونت سارد بکەیتەوە باشترە لیزا ماینیلللیی ئەکتەر، لە وێستگەی شەمەندەفەردا هاواری دەکرد بۆ ئەوەی ڕەگەزی ئاو لە خۆیدا بەهێز بکات.

هێمای ڕەگەزی ئاو:

ڕۆحانییەکان پێیان وایە هێمای ڕەگەزی ئاو پێکیکی پڕ لە شتێکە خۆت بە دڵتە، گوڵاو بێت یان هەر شتێک بتوانیت بەچێژەوە بیخۆیتەوە و خۆشحاڵ بیت پێی.

بۆچی ئەفسوونی خۆشەویستی فڕێ دەدرێتە دەریاوە یان دەخرێتە ژێر خۆڵەوە؟

لە زۆرینەی بارەکاندا ئەم کارە وەک هێمایەک دەکرێت، واتە هێما بۆ کورتکردنەوەی مانایەک یان پەیوەندیی بە شتەکانی ترەوە. هێماکە دەشێت ناوخۆیی یان جیهانی بێت، ژیانیش سەرتاپا هێماگەلێکە مرۆڤ درووستی کردوون بۆ ئەوەی ئامانجێکی پێ بەدی بێنن.

بەلام لە ئەفسووندا بەگشتی و لە ئەفسوونی خۆشەویستیدا بەتایبەتی هێماکاریەکی ورد هەیە، کە شایستەی لێکۆڵینەوەیە، بۆ نموونە دەبینین لە ولاتانی خۆرئاوادا دوانزە جۆر گوڵەباخی سوور هێمان بۆ خۆشەویستییەکی گەرم، کەلووەکانیش بەهێما کراون بەمەبەستی پەردەهەڵدانەوە لەسەر کەسێتیی ئەویندارا.

لەسەرەتای ژیانی مرۆڤایەتییەوە چەندین هێما داهێنراون، کە دەکرێت لە ئەفسوونبازییشدا بەکار بهێنرێن. بۆ نموونە: سووتاندنی مۆم وەک هێمایەک بۆ سووتان و هەڵقرچانی دڵی ئەویندارا بەکار دەهێنرێت. دەریاش کە لێرەدا دەمانەوێ لە هێماکەی بکۆڵینەوە، ئەفسوونبازان یان بۆ گێڕاندنەوەی ئاوی سۆزەکان بۆ جۆگەی خۆیان بەکاری دەهێنن یاخود بۆ هێنان و ڕاکێشانی خۆشەویستە لەگەڵ داکشانی شەپۆلەکانیدا. لەبەر ئەوەی دەریا قووڵی و نهێنی تێدایە یارمەتیدەرە لە نماکردنی نهێنی و نادیارەکانی تایبەت بە ئەفسوون. وێڕای ئەوەی دەریا لە ئەفسانەکانی گریکدا هێمایە بۆ خواوەندی خۆشەویستی. ئەفرۆدیت لە دەریاوە دەر چووە، دوای ئەوەی

لە کەفی خواوەندی سزا دراوەوە، کە ئەندامی زاوزێی بڕدراوە و فڕێدراوەتەوە دەریاوە و دەریاش هەڵدەچێت و لە کەفەکەی ئەفرۆدیت درووست دەبێت، ئەفرۆدیتیش منالی زۆری دەبێت، لەوانەیش کیۆبیدی خاوەنی ناودارترین تیری خۆشەویستی لە مێژووی مرۆڤایەتیدا.

ئەفسوونبازانی خۆشەویستی هەمیشە لە شارستانیی مرۆڤایەتی هێمایان وەر گرتووە بۆ ئەوەی بتوانن قەناعەت بە مرۆڤ بهێنن، کە ئەفسوونی خۆشەویستی کاریگەریی خۆی هەیە.

کارتی تارووت چۆن بۆ بەختگرتنەوە بەکار دەهێنرێت؟

کارتی تارووت بە کۆنترین کارت دادەنرێت، کە مرۆڤ بۆ بەختگرتنەوە بەگشتی و بەختی لە خۆشەویستیدا بەتایبەتی بەکاری هێناوە. ئەم کارتە هێندە کۆنە نازانرێت لە کەیدا بۆ یەکەم جار بەکار هێنراوە. وەک وەرەقەی "کۆچینە کۆنکان" وان و هەموو کارتەکان وێنەیان لەسەرە، هەر وێنەیەک لە وێنەکان هێمایەکە یان چەند هێمایەکی دیاریکراوی هەیە، یاریەکەیش بنچینەی خۆی هەیە. بەڵام لە شێوە ئاساییەکەیدا کارتێک لە کارتەکان دەر دەهێنرێت و ئەفسوونبازەکە، یان ئەستێرەگرەوەکە(فەلەکناس) هەواڵت لەبارەی ژیانی گشتی و سۆزدارییەوە پێ دەڵێت و هەموو ئەو مەسەلانە مانای گشتییان هەیە و دەبێ تۆیش بەپێی بارودۆخ و هەستە تایبەتەکانت مانا گشتییەکە بەگەڕ بخەیت. وێنە و مانا و دەلالەتی کارتەکانیش بەپێی بۆچوونی بەختگرەوە یان ئەفسوونبازان و ئەستێرەناسان بەم جۆرەن:

١ - کارتی وێنەی لێبووک: "المهرج":

ئەم کارتە پێت دەڵێت ئێستا کاتی گونجاوتە بۆ چوونە نێو سەرچڵیی خۆشەویستییەوە و داوات لێ دەکات جەربەزە بیت

لەوەدا کارێک بکەیت پێشتر نەتکردووە. هەنگاوی خۆت بنێ بێنیگەرانی لە چۆنێتی دەرەنجامەکان.

٢ - کارتی وێنەی ئەفسوونباز:

بەتەنها کارێک بکە – لێکۆڵینەوەیەک خولیایەک یان تەنانەت کارێکی نوێ، کە بەهۆیەوە سامانێکی زۆرت دەست دەکەوێت. بۆ ژن بەتایبەتی ئەم کارتە پێی دەڵێت: ئەگەر پیاوێکی تازە لە ژیانتا هەیە. ئەوە ئەو پیاوە گونجاوەیە چاوەڕوانیت دەکرد، بۆیە متمانەت بە خۆت و بەویش هەبێت، چوونکە هەردووکتان پێکەوە دەتوانن شتی نوێ و گرنگ و ناوازە بکەن.

٣ - کارتی وێنەی ژنەقەشەی باڵا:

بەتەواوی متمانە بە هەستی خۆت بکە، چوونکە دڵت هەواڵی ڕاستەقینەت دەداتێ. بۆیە ئەگەر گومانت لە خۆشەویستییەکەت، هەیە ئەوا گومانەکەت لە شوێنی خۆیدایە و وازی لێ بهێنە. تۆ خۆت سەرچاوەی وەڵامە پڕ لە ڕامانەکانی خۆتیت. بۆ پیاو بەتایبەتی ئەم کارتە پێی دەڵێت: ئەو ژنەی ئێستا لە ژیانتدایە یارمەتیی چارەسەری هەموو کێشە و گرفتەکانت دەدات هەر چییەک و هەر چۆنێک بن، قسەی لەگەڵدا بکە و متمانەت بە ڕاوبۆچوونەکانی هەبێت.

٤ - کارتی وێنەی: ژنەئیمپراتۆر:

لەم کارتەدا تێرکردنی زۆرینەی ئەو هەڵوێستانەی تێدایە کە تێی دەکەویت. واتە: بایەخدان، وریایی و بەئاگابوون، ئاوێزانبوون، دڵنەوایی. ئەم کارتە پێت دەڵێت دڵی خۆت بخەرە بەردەم ئەو دەرفەتی خۆشەویستییەی ئێستا لە بەردەستتدایە. بۆ پیاویش بەتایبەتی دەڵێت: ژنێکی بەهێز نزیکتە خۆشی دەوێت و شایانی ئەوەیە تۆیش ئاوڕی لێ بدەیتەوە.

٥ - کارتی وێنەی: کاهین:

ئەم کارتە پێت دەڵێت دانایی لەوەدا نییە بەتەنیا خۆت

بتەویَ چارەسەری ئەو دۆخ و هەڵویستە بکەیت کە تێکەوتوویت. بەڵکوو پرس و ڕاویژ بە کەسێکی: شارەزای خاوەنئەزموون، پزیشکێک، چارەسەرکەرێک، ڕۆحانییەک یان لایکەمی پرس بە هاوڕێیەکی دڵسۆزی زیرەک بکە. ئەم کارتە هاوکات پێت دەڵێت، کە پەیوەندییەکی خۆشەویستی لە ژیانتدا هەیە دواجار بە هاوسەرگیری دەگات.

٦ - کارتی وێنەی ئەویندارن:

ئەم کارتە پێت ڕادەگەیێنێت بەشداربوون بۆ تۆ زۆر پێویستە. بۆ نموونە ناتوانیت بەتەنها خۆت وەڵامی نیگەرانی و سەرسامییەکانت بدەیتەوە. بۆیە هاوسەرەکەت، کەسێک بەشدار بکە، کە بەدڵ خۆشت دەوێت. ئەم کارتە داوات لیَ دەکات لێگەڕێیت ئەو کەسە خۆشەویستە لە هەست و ناخ و دڵ و دەروونت شارەزا بێت.

٧ - کارتی وێنەی هێز:

ئەم کارتە داوات لیَ دەکات بۆ هیچ کارێکت پەنا بۆ هێز و زۆرەملیَ نەبەیت. هەر وەک داوا دەکات لێگەڕێیت هەموو شتەکان خۆکردانە ئاسایی بینەوە.

٨ - کارتی وێنەی: خەڵوەت:

ئەم کارتە پێت دەڵێت، کە ئێستا کاتی شیاوە بۆ ئەوەی ژیانی کۆمەڵایەتی و خودی خۆیشت گۆشەگیر بکەیت چوونکە پێویستیت بەتەنیاییە. کاتێک دوور لە هاوسەرەکەت یان دوور لە ژیانی کۆمەڵایەتی بۆ خۆت دیاری بکە. ئەو تەنیاییە یارمەتیدەرت دەبێت لە پەیبردن بە جۆرەها لێکدانەوە و ڕاقە، کە لە خۆت و دەوروبەردا هەن.

٩ - کارتی وێنەی پێچکەی بەخت:

بەمزووانە گۆڕانێکی بنچینەیی باش لە ژیانی سۆزدارییتا ڕوو دەدات، کە لە ڕۆتین دوورت دەخاتەوە و ژیانت خۆشتر و ڕووناکتر دەکات.

١٠ - كارتی وێنەی دادپەروەری:

ئەم كارتە دەڵێت پێویستیت بەوە هەیە دادپەروەرانە ڕەفتار و مامەڵە بكەیت، چوونكە هەستێكی عاتیفییانەت هەیە. هاوكات داوا دەكات ڕێگە نەدەیت عاتیفە بەسەر حیكمەت و داناییدا زاڵبێت.

١١ - كارتی وێنەی ئەو پیاوەی بە قاچەكانی هەڵواسراوە:

ئەو دۆخەی ئێستا تێیدا دەژییت یان بەمنزیكانە بەو جۆرە دەبیت، وا دەكات دوودڵ و قەڵس بیت. ئەم هەڵوێستەیش ڕەنگە خۆشەویستی و بەخشندەیی زیاتری لێت بووێت. یان ڕەنگە بتخاتە نێو ئازارێكی زۆرەوە، بەڵام دواتر چاك دەبیتەوە و بارودۆخت باشتر دەبێت. بەڵام لەوە دڵنیابە، كە هەموو ئەوەی ئازارت بۆ چەشتووە شایانی ئەو ئازارەیە.

١٢ - كارتی وێنەی: هاوسەنگی:

ئەم كارتە داوات لێ دەكات كەسێكی ئارامگر بیت لەگەڵ خۆت و خۆشەویستەكەتدا. ئەم كارتە دڵنیات دەكاتەوە، كە لە ئێستادا و لەم شێوازی هێز بەكارهێنانە شتێكت پێ نابڕێت و داوات لێ دەكات دۆخەكە وەك خۆی چۆنە قبوڵی بكەیت، چوونكە پرسەكان خۆكردانە ئاسایی دەبنەوە.

١٣ - كارتی وێنەی: شەیتان:

ئەم كارتە هانت دەدات بۆ ڕادەستبوون بە هەستە ڕەمەكییەكانت و داوات لێ دەكات خۆت لە كۆتوبەندەكانیان ڕزگار بكەیت. داوات لێ دەكات كەسێكی خۆشنوود بیت و وەڵامی جەستە و ڕۆحت بدەیتەوە بۆ خۆشی و چێژوەرگرتن.

١٤ - كارتی وێنەی كەلوو:

كتوپڕییەكی چاوەڕواننەكراو لە ژیانی سۆزداریدا دەتهەژێنێت. بە دەستی خۆتە و دەتوانیت بیوەستێنیت.

١٥ - كارتی وێنەی ئەستێرە:

دڵت بۆ هەر خۆشەویستییەك بكەرەوە دێتە ڕێت. لەگەڵ

هاوسەرەکەتدا بێت یان کەسێکی نوێ. ئەو قۆناغەی تیایدا دەژییت قۆناغی بەپیتییە بۆیە بە ڕوانینی نەرێنییانە بۆ ڕابردوو تێکی مەدە. بەجوانی و خۆکردانە ئەو پرسە نوێیەی ژیانت وەر بگرە.

١٦ - کارتی وێنەی مانگ:

خراپ لەیەکتێگەییشتنێک لە دەوروبەرتا هەیە و ڕەنگە تۆ ستەم لە خۆشەویستەکەت بکەیت یان ئەو ستەم لە تۆ دەکات. ژیرانە بیرکردنەوە بەرەو ڕێگەی ڕاستت دەبات.

١٧ - کارتی وێنەی خۆر:

گوزارشت لەو سۆز و خۆشەویستییە بکە چووەتە دڵتەوە، دەست بە پەیوەندییەکی نوێی سۆزداری بکە.

١٨ - کارتی وێنەی ڕۆژی لێ پرسینەوە:

ئەم کارتە پێت دەڵێت کاتی ئەوە هاتووە ڕووبەڕووی ڕاستییەکان، یان ئەو واقیعە بیتەوە، کە دەتەوێ لەبیری خۆتی ببەیتەوە یان نکوولّیی لێ بکەیت. خەڵکانێک یان هەندێ لەو هەستانەی پێت وابووە نەمان و ڕۆیشتوون دەگەڕێنەوە. ئەم کارتە یەکێک لەم دوو شتەی تێدایە: یان بەختەوەرییەکی زۆر یاخود خەمبارییەکی بێسنوور. هەرچۆنێک بێت کارتەکە دەڵێت گۆڕانێکی ڕیشەیی لە ژیانتدا ڕوو دەدات.

١٩ - کارتی وێنەی جیهان:

تۆ لە کاتێکدایت، کە خۆشەویستی نیعمەتە لات. لە پەراوێزێکی ئازادی و جوانیدا بژی ئیدی چیت دەوێت بەدی دەهێنێت.

٢٠ - کارتی وێنەی ئیمپراتۆر:

ئەم کارتە دڵنیایی و ئارامی و متمانە بە خۆت و بە خەڵکیت نیشان دەدات. داوات لێ دەکات متمانەت بە تواناکانت هەبێت. پێی وایە نابێت لە ئێستادا هیچ سەرچڵییەکی سۆزداری بکەیت، بەڵکوو دەبێ تەنها ئەو پەیوەندییە باشتر بکەیت، کە تیایدات.

ئەم کارتە ئەگەر پیاو بێت یان ژن پێت دەڵێت: ئەو کەسە نوێیەی دێتە ژیانتەوە، بۆ تۆ گرنگە.

٢١ - کارتی وێنەی کەژاوە:

ئەم کارتە داوا دەکات بایەخ بە خۆت بدەیت، چوونکە کەسی تر ئەو بایەخەت پێ نادات کە خۆت بە خۆتی دەدەیت. لە خۆت بپرسە: ئایا ئەوەی ئێستا دەیکەم هەر ئەوەیە، کە دەمەوێ بیکەم؟ ئەگەر تەواوە لەسەری بەردەوام بە. ئەگەر بەباشیشی نازانیت هەر زوو و بێترس و دوودڵی دەستبەرداری ببە و گوێ بە کەس مەدە. خۆت بە کەم مەزانە چوونکە خاوەنی وزە و هێز و توانایەکی چیت بووێت لە ژیانتدا بیکەیت.

٢٢ - کارتی وێنەی مردن:

ئەم کارتە پێت دەڵێت کاتی ئەوە هاتووە وا بکەیت شتێک ڕووبدات. شتێک پەیوەندیی بە خۆتەوە هەیە، وەک بیروبۆچوونی دیاریکراو لەبارەی خۆشەوستییەوە، یان پەیوەندییەکی کۆنەوە، کە هێشتا لە ناختدا دەژی. یان شێوازێکی ڕەفتارکردن کە لەگەڵ خۆشەویستەکەتدا مامەڵەی پێ دەکەیت.

بەسەرهاتی گۆڕە لەبیرکراوەکە چییە؟

لە ژیانی مرۆڤدا گۆڕستان هەمیشە پەیوەند بووە بە زۆرێک لە خورافەکانەوە. زۆربەی خورافاتەکانیش پەیوەندن بە ژیانی سۆزدارییەوە. گۆڕ، چیرۆک و بەسەرهاتی زۆرە و ئێمە بنچینەی بەسەرهاتی گۆڕە لەبیرکراوەکە نازانین، هەرچەند بەهۆی بروا پێهێنانی زۆر لە خەڵکییەوە توێژەران ئیشیان لەسەر کردووە. وەک لێکۆڵینەوەکەی "دیگریبی" و زۆرێک لە پسپۆڕ و شارەزایان. بەتایبەتی کە توێژی خوێندەوار و ڕۆشنبیریش لەم بوارەدا جیاوازیەکی ئەوتۆیان لە نەخوێندەوارەکان نییە لەبارەی کاریگەریی گۆڕە لەبیرکراوەکەوە لە چارەکردنی کێشە و گرفتە سۆزدارییەکاندا.

ئەم دیاردەیە زیاتر لەنێو مسوڵمانانی هەندێ وڵاتی ئاسیادا بەڕوونی دیارە. پوختەکەیشی بوونی قەناعەتێکە بەوەی ئەو گۆڕە لەبیرکراوانەی، کە کێلیشیان نییە و نازانرێن کێن و کەسیش سەردانیان ناکات، دەتوانن بۆ ئەو کەسانەی سەردانیان دەکەن و نەزریان بۆ بڕیار دەدەن موعجیزە(پەرجوو) بەدی بێنن. یەکێک لەو پرسە بنەڕەتییانە چارەسەرکردنی بێتوانایی سێکسیی پیاوانە، یان دەستکەوتنی هاوسەرە بۆ ئەو کچانەی دەیانەوێت هاوسەرگیری بکەن یان خۆشەویستێک بگرن. djeribi 1991.

چۆن قاوەگرەوە لە باروبۆخی سۆزداریی دەزانێت؟

زۆر تیۆر هەیە بۆ زانینی نادیار و چوونە نێو هەست و سۆز و عەقڵی مرۆڤەوە لەلایەن ئەستێرەناس و ئەفسوونباز و ڕۆحانییەکانەوە. لەوانەیش ئەو وزە و توانا تایبەتانەی هەیانە، وەک بەکارهێنانی جنۆکە، کە بەهۆیەوە ئەفسوونباز دەچێتە ناخی ئەو کەسەوە چووەتە لای. بەڵام ئێمەی دەروونناسان بڕوامان بە تیۆرێکی تر هەیە، کە ئەفسوونبازان بەهۆیەوە دەتوانن بەرانبەر بخوێننەوە و بەرەو ئەو ئامانجە ڕای بکێشن کە خۆیان بۆی هاتوون. ئەویش لە ڕێی وردبوونەوە لە هەڵچوونەکانی کەسەکە و پرسیار لێ کردنی، تا لە وەڵامەکانییەوە مەبەستی هاتنەکەی بۆ دەر دەکەوێت. ئەفسوونبازان پرسیاری زۆر دەکەن و وەڵامەکان پێکەوە گرێدەدەن، تا وێنەیەکی نیمچەتەواو لەبارەی کێشەی کەسەکەوە دروست دەکەن.

ئایا پیاوان بەخت دەگرنەوە و بڕوایان بە ئەفسوون و خۆشەویستی هەیە؟

پیاویش وەک ژن مرۆڤ و خاوەن هەست و نەست و سۆز و

هیوا و ئومێد و ترس لەبارەی خۆشەویستییەوە بێت یان هەر پرسێکی تر، لە هەست و سۆزەکانی. لە ئاستی ئەو هەست و سۆزە گەرموگوڕانەیشدا پرسیار دروست دەبێت و بۆ وەڵامیش سۆراخکردن دێتە ئارا. بەڵام بەهۆی سروشتی بەسۆزییەوە ژن لە پیاو زیاتر لە سۆراخی وەڵامەکاندا دەبێت. گەرچی ژمارەیەکی زۆریش لە پیاوان بڕوایان بە بەخت و کەلووەکان هەیە و دەچنە لای ئەفسوونبازیش، بەتایبەتی لە ڕیزی نەخوێندەواراندا[1].

١ خوێنەری بەڕێز، ئاگاداریت ئەم بەشە تایبەت بوو بە خۆشەویستی و خورافاتەکان، بۆیە بەندە پێموایە ئەم زانیارییانە تەنها بۆ زانینە نەک تاقیکردنەوەیان، بە تایبەتی بۆ ئەوانەی خۆیان بە ئیماندار دەزانن کە زانیاریەکان دەچنە بازنەی شیرکەوە/وەرگێڕ.

خۆشەویستیی ژن

خۆشەویستیی پیاو

کامیان دەبێ لەپێشدا بڵێن: خۆشمدەوێیت: ژن یان پیاو؟

بۆ ئەم پرسیارە وەڵامێکی لۆژیکی هەیە، ئەویش ئەوەیە، کە درکاندنی هەست و سۆز دەبێ لەلایەن ئەو کەسەوە بێت، کە جەربەزەیی و هەست و سۆزی خۆشویستنەکەی زیاتر و گەرموگوڕترە.

بەڵام ئەم پرسانە لە سۆزداریدا بە پلەی یەکەم دەکەونە ژێر کاریگەریی کولتوور و باری کۆمەڵایەتی. کۆمەڵگە مافی دەستپێشخەری بۆ وتنی وشەی خۆشم دەوێیت داوە بە پیاو و ئافرەتی بێبەری کردووە و وەک جۆرێک لە حەرام یان قەدەغەی لێ کردووە. لەمبارەیەوە و لە توێژینەوەیەکدا (ئۆن (owen) تێبینی کردووە، کە ئافرەت کاتێک هەست بە خۆشەویستییەکی گەرم دەکات، ناچارە چاوەڕێی دەستپێشخەریی پیاو بێت. رەنگە ژن رۆڵی هاندەری گوتنی وشەکە ببینێت لەلایەن پیاوەوە و دواتر خۆی وەڵامدانەوەی بۆی هەبێت،بەڵام بە چەندین هۆکاری شارستانییەوە لە زۆربەی کۆمەڵگەکاندا گوتنی وشەی خۆشم دەوێیت مافی پیاوە.

ئایا ڕاستە ژن بێگفتوگۆی خۆشەویستی چێژ لە سێکس وەر ناگرێت؟

لە ڕووی زانستییەوە هیچ گومان لەوەدا نەماوە، کە ژن سروشتی گوێبیستیی هەیە و گەیشتن بە دڵی ژن، یان بەدەستهێنانی دڵی ژن تەنها لە ڕێی گوێیەوە دەبێت. لە زۆر لێکۆڵینەوەدا، لەوانەیش لێکۆڵینەوەی هەردوو لێکۆڵیار (دارلینگ، هیکز Darling and Hicks 1993) دەر کەوتووە ژن پێش پرۆسەی سێکسی لە پیاو زیاتر پێویستی بە گفتوگۆی خۆشەویستی هەیە و هەوڵی ئەوە دەدات کاری سێکسی دوابخات، تا بەتەواوی لە گفتوگۆی خۆشەویستی تێر دەبێت.

پاڵنەری بنچینەیی بۆ دەر بڕینی هەست و سۆز چییە؟

وەڵامی لۆژیکی ئەوەیە، کە هەستی خۆشەویستی فاکتەری بنچینەیی لە دەر بڕینی هەست و سۆز لای ژن بێت یان پیاو، بەڵام لە لێکۆڵینەوەیەکیروان و بایزوینسکی ١٩٧٨ دەر کەوتووە، پاڵنەری بنچینەیی بۆ دەر بڕینی خۆشەویستی لەلایەن ژنەوە سەرسامبوونێتی بە کەسێتی و ڕۆحییەتی پیاو. بۆیە چەندە خۆشەویستییەکەی پەیوەندیی بەو کەسێتییەوە هەبێت هێندەیش پاڵنەری زیاتر دەبێت بۆ درکاندنی هەست و سۆزی، لە کاتێکدا بەلایەنی پیاوەوە دەبینین چەندە ئارەزووی سێکسیی بۆ ژن زیاتر بێت خواستیشی بۆ دەر بڕینی هەست و سۆزی گەرمتر دەبێت.

کامیان بەهۆی خۆشەویستییەوە زیاتر فریو دەدرێن و زەرەمەند دەبن: ژن یان پیاو؟

فریودانی خۆشەویست بەمەبەستی خۆشەویستیی پاک بێت

یان هەر مەبەستێکی تر، مامەڵەیەکی دوو لایەنە بووە لە سەرانسەری مێژوودا، بەڵام گەر بمانەوێت بزانین کامیان زیاتر فریویان خواردووە، یان زەرەمەند بوون کارێکی ئاسان نییە، چوونکە مێژوو لەم پرسەدا پەرگیریی کردووە و هەمیشە پیاوی وەک قوربانی نیشانداوە و جەختی لە فریودەری و تەڵەکەبازیی ژن کردۆتەوە. بەڵام لە تێبینیکردنی ژیاندا دەبینین لە مێژوودا ژن زیاتر بەهۆی خۆشەویستییەوە کەوتۆتە داوی فریودان و زۆرترین زیانی بەر کەوتووە. ڕەنگە کێشەی سەرەکییش لەمەدا جەستەی ژن بێت،، چوونکە پیاو لە سۆزدارییدا ئەنگێزەیەکی غەریزەبازیی هەیە، کە بۆ چێژوەرگرتن لە جەستەی ژن هانی دەدات و دەیجوولێنێت. توێژەر (فانتن، ١٩٩٢) دەڵێت لە تێبینیکردن و ڕوانیندا بۆ حاڵەتی کچان، بۆی دەر کەوتووە، کە کچ ئامادەیە بە ناوی خۆشەویستییەوە جەستەی بخاتە بەردەستی پیاو، ئەگەر چی خۆی قەناعەت و هاوکات ئارەزووی سێکسیشی نەبێت و بە ناوی خۆشەویستییەوە دەکەوێتە کێشەی دووگیانیی نایاسایی و ناشەرعییشەوە، ئەمە جگە لەوەی بە ناوی خۆشەویستییەوە ناچار دەبێت لەباربردنیش تاقی بکاتەوە، کە مەترسیدارترین ئەزموونە کچ پێیدا بڕوات.

کامیان لە خۆشەویستیدا کرداریترن: ژن یان پیاو؟

بیروباوەڕێکی گشتی لە ئارادایە بەوەی لە خۆشەویستیدا ژن ڕۆمانسیتر و ئەندێشەدارترە و تەنانەت حەزیشی لە پیاو زیاترە، بەڵام بە لێکۆڵینەوە و وردبوونەوەی قووڵتر بۆ لایەنی سۆزداریی ژن، توێژەر (جاکۆبیز ١٩٩٥) دەڵێت: ئەگەر دەرفەتی هەڵبژاردن بدرێتە دەست ژن و خۆی سەرپشک بکرێت، بێگومان لە دەستنیشانکردنی هاوبەشی سۆزدارییدا عەقڵانیتر و کرداریتریشە. بەتایبەتی ژنی هاوچەرخ و سەردەمی، بە

تێبینیکردنی ژماره، توێژەری ناوبراو پێی وایە ژن وەک چۆن بە لیست و بە مواسەفات شت دەکڕێت بەو جۆرە وەسفانەیش چاو بۆ پیاوی گونجاو دەگێڕێت، واتە دەیەوێت پیاوێکی دەست بکەوێت کار و داهاتێکی دیاریکراوی هەبێت، کە بتوانێت ڕێز لە کارەکەی بگرێت و تەنانەت ژمارەی ئەو منالانەیش دیاری بکات، کە دەیەوێت بیانبێت، پێمان وایە کە ژنی سەربەست و ئازاد و سەردەمی و چالاک ئەگەر ئەو توانای سەرپشکییەی هەبێت، لە هەلبژاردنی هاوبەشی سۆزداری و هاوسەرگیرییشدا لە پیاو کرداریترە.

جیاوازیی خۆکوشتنی پیاو یان ژن بە هۆکاری خۆشەویستییەوە چییە؟

ڕووداوەکانی خۆکوشتن بە هۆکاری خۆشەویستی و ئەشقەوە لەنێوان ژن و پیاودا بوونیان هەیە، بەلام کاتێک بەشێوەیەکی گشتی لە هۆکارەکان دەکۆلینەوە دەبینین جیاوازی هەیە. (کانتیلۆ،١٩٩٢) لە لێکۆلینەوەیەکدا پێمان دەلێت پیاوان لەبەر چەند هۆکارێک خۆیان دەکوژن، لەوانە: خۆنمایشکردن، ئابڕو و شکۆ، پشتبەخۆبەستن، خواست بۆ ئازادی، بەلام پالنەرەکانی خۆکوشتن لای ژن بریتیین لە: کێشە لە پەیوەندیی کەسێتییدا، بارودۆخی بێبەریبوون لە پەیوەندیی سۆزداری و خۆشەویستی.

خۆشەویستی سوودی بۆ هەردوو ڕەگەز چییە؟

خۆشەویستی بۆ مرۆڤ وەک خوێن پێویستە بۆ مانەوە، بەلام دەکرێت بەکورتی ئاماژە بە سوودی خۆشەویستی بۆ هەردوو ڕەگەز بدەین :

- دەبێتە هۆکارێک بۆ هاوسەرگیری و لە هاوسەرگیرییشدا

دەبێتە فاکتەرێک بۆ کەمکردنەوەی ڕوانینی نائاسایی ئاژەڵئاسایانە بۆ پەیوەندییە سێکسییەکان.

- هۆکارێکی باشە بۆ ئەوەی بە بوونی منداڵ بەختەوەر بن، کە لەوحاڵەتەدا منداڵ دەبێتە بەرهەمی خۆشەویستی.

- خۆشەویستی فاکتەرێکە بۆ چالاکی و چاپووکیی جەستە بەگشتی، چوونکە خۆشەویستی جەستە چالاک و تەندروست دەکات. خۆشەویستی هاوکات زۆر پێویستە بۆ چالاکییە سێکسییەکان چوونکە هۆرمۆنەکان چالاکتر و هاوسەنگتر دەکات، بەتایبەتی هۆرمۆنی نێرێتی لە پیاو و مێینەیی لە ژندا.

- خۆشەویستی سێکس دەکاتە کردەیەک بە تەبایی بکرێت و بەوەیش هەرکات بارودۆخی سێکسی باش و ئاسایی بوو ژیانی هاوسەرێتیش باش و تەبا دەبێت.

- خۆشەویستی مرۆڤ ئامادە دەکات بۆ باشترکردنی کۆششی سۆزداریی و وا دەکات ژن و پیاو بەهۆی خۆشەویستییەکەوە لە هەڵە و کەموکورتییەکانی یەکتری ببوورن، لە دۆخی خۆشەویستیدا خۆشەویستییەکە و لە هاوسەرگیرییشدا هاوسەرگیرییەکە بەردەوام بێت.

- خۆشەویستی سۆز و بەزەیی لەنێوان ژن و پیاود بەرقەرار دەکات.

ئەو خاڵانەی لاوازیی پیاو کامەن، کە بۆ خۆشەویستی پەلکێشی دەکەن؟

لە حاڵەتی خۆشەویستیی ڕاستەقینەدا ڕادەستبوون بە خۆشەویستی لاوازی ناگەیێت، تەنانەت ئەگەر لایەنێکی خۆشەویستییەکە دەستبەسەر هەندێ لە خەسڵەتەکانی ئەوی تردا بگرێت، تا ڕادەی توانەوە لەگەڵیدا. بەڵام ئەگەر ڕادەیەک بەرژەوەندی و کەمسۆزی لەئارادا بێت، لەم حاڵەتەدا ڕەتاندن لەئارادا دەبێت و لایەکیان دوای

دۆزینەوەی خاڵە لاوازەکانی بەرانبەر دەیەوێت بۆ بەرژەوەندیی خۆی پەلکێشی بکات. ئەو لایەنەی بەرانبەرەکەی بۆ بەرژەوەندی خۆی پەلکێش دەکات بەم شێوازە ئامانجەکەی بەدیدێنێت:

- خۆی وەک قوربانی پیشان دەدات و وا دەکات بەرانبەرەکەی وا بزانێت ئەو سوودی لەم وەر گرتووە.
- بەرانبەرەکەی ئاگادار دەکاتەوە، کە ئەم زۆر پێویستی بە هەست و سۆزی ئەو هەیە.
- بە وەسفکردنی جوانی و شێوە و ڕەفتاری و بەقوربان و بەساقەبوونی مەستی دەکات.
- لاوازی و ڕادەستبوونی بە لایەنی بەرانبەری پیشان دەدات.

پیاو بۆ وەداوی خۆشەویستی خستنی ژن چ تەگبیرێک بەکار دەهێنێت؟

هەر پیاوێک بیەوێت ژن بخاتە داوی خۆشەویستییەوە تەگبیری خۆی هەیە.. وەک:

- خۆپیشاندان وەک شەیدایەکی شێتگیر و نقوومکردنی ژن بە ئەشق و خۆشەویستی.
- لەسەرەتاوە خۆی وەک کەسێکی زۆر پاکوبێگەرد دەخاتە ڕوو.
- جەختکردنەوە لە وەسفکردنی خەسڵەتە عەقڵی و جەستەییەکانی ژن.
- بەخشینی دیاریی زۆر.
- پیاو وا دەکات ژن ڕۆڵی ڕزگارکەری ئەو ببینێت و خۆیشی قوربانی، وەک حاڵەتی پیاوێک کە ژنی هەیە و دەیەوێت زوڵم و ستەمی ژنەکەی ڕوون بکاتەوە و کارێک بکات ئەو ژنەی دەیەوێت لێی نزیک بێتەوە لە ژنەکەی خۆی زۆر جیاوازە و هەر ئەویش دەتوانێت ڕزگاری بکات.

ئایا ڕاستە دەتوانرێت بەخۆشەویستی ژن لاواز بکرێت؟

ژن لە پیاو بەسۆزترە و بە هەموو ویژدان و هەست و سۆزەکانییەوە وەڵامدانەوەی بۆ خۆشەویستی دەبێت، بۆیە بەهۆی ئەو هەستی خۆشەویستییەوە دەکەوێتە باری لاوازییەوە، ئەگەر پیاو بیەوێت نەخشەیەک دابنێت بە خۆشەویستی ژن فریو بدات دەتوانێت بەڵام ئەگەر ژن لە دژی هەست و سۆزەکانی بوەستێتەوە ئەوکات لە پیاو بەهێزتر دەبێت.

هەندێ ژن هەن پێیان خۆشە، تا ڕادەیەک چێژ لە ئازارەکانی هەستی خۆشەویستی وەر بگرن و ئەمەیش ئاساییە ئەگەر لە سنوور تێنەپەڕێت..بەڵام ئەگەر بووە خودئازاردان "ماسنوشی" ئەوا کارێکی خراپە و پێویستیی بە چارەسەر دەبێت.

ئایا ڕاستە ژن و پیاو لە خۆشەویستیدا لاواز دەبن و دەنگیشیان نەرمونیان دەبێت؟

خۆشەویستی دڵی مرۆڤ نەرمونیان دەکات. گوزەری تەزووی خۆشەویستی بە هەستی مرۆڤدا هەموو سیستمی جەستەی دەگۆڕێت بە دەنگیشیەوە. لەرینەوەی ژێ دەنگییەکان خۆکردانە وا لە مرۆڤ دەکات دەنگی نزم بکاتەوە، تا هەست بە تێکچوونی لەرەکانی دەنگی نەکرێت. حاڵەتی شەیدایی و خاوبوونەوە عاتیفییەکانیش وا دەکەن ژێ دەنگییەکانیش خاو ببنەوە و ئەو خاوبوونەوەیەش دەنگ نەرم و ناسکتر دەکات.

ڕاستییەکی تریش هەیە، کە هۆکارە بۆ نەرم و ناسکبوونەوەی دەنگی خۆشەویستان، ئەویش ئەوەیە مرۆڤ لە حاڵەتی خۆشەویستیدا هەرپێنج هەستەکەی دەورووژێن و هەستیار و ئامادە دەبن. بەو پێیەش بەهۆی وەرگرتنی کارتێکەرە

دەرەکییەکانەوە هەستەکان زیاتر دەوروژێن و هەستیارتر دەبن، بۆیە ئەوینداران بەهۆی کاریگەربوونیانەوە بەو کارتێکەرانەوە بە گوێی یەکتریدا دەچرپێنن..ئەمە جگە لەوەی چرپە لە دەنگی بەرز زیاتر ختووکەی گوێچکەی بەرانبەر دەدات.

ژن چۆن دەڕوانێتە فرمێسکی پیاوێکی ئەویندار؟

وا باوە کە فرمێسک و گریان بۆ ژن بێت، ئەم نەریتەیش بۆ ئەوە دەگەڕێتەوە، کە ژن لە پیاو هەستیارترە و زووتر هەڵدەچێت و دەورووژێت و بەهۆی سروشتی بایۆلۆژی و فشارەکانی چەوسانەوەی کۆمەڵایەتییەوە لاوازترە، بەڵام پیاویش گریان و فرمێسک و حەسرەتی خۆی هەیە گەرچی لە گریان و حەسرەتکێشانی ژن کەمترە. ژن بەم جۆرە مامەڵە لەگەڵ فرمێسک و حەسرەتەکانی پیاودا دەکات:

- دەهەژێت و کاری تێ دەکات چوونکە پێی وایە نابێت پیاو بگری و ئاه هەڵبکێشێت و فرمێسک بڕێژێت.
- نەرمتر دەبێت و دەتوێتەوە چوونکە ئەو فرمێسکانە بە نیشانەی خۆشەویستییەکی گەرموگوڕ دەزانێت.
- هەندێجاریش ڕقی لێ هەڵدەستێت و بە پیاوێکی بەهێزی نابینێت. بەتایبەتی ئەگەر لەو جۆرە گرینۆکانە بێت، کە گریانەکەی ڕەنگدانەوەی لایەنی پێنەگەیشتوویی سەردەمی منالی بێت.

ڕەفتاری ڕۆمانسییانە کامەیە؟

هەرچەندە چەمکی ڕەفتاری ڕۆمانسییانە لە کەسێکەوە بۆ کەسێکی تر جیاوازە، بەڵام جیاوازییەکان لەبارەی دیاریکردنی مانای ڕەفتار و هەڵسوکەوتی ڕۆمانسییانەی ژن و پیاو لە کلتوور و شارستانییەکاندا بەپێی کارەکتەری شارستانییەتی هەردووکیان ڕوونتر دەبینرێت.

کرانەوەکان لە سەدەی بیستدا زۆر پرسی تایبەت بە هەست و سۆزەکانی هاوشێوە کردووە، بەتایبەتی کە کۆی کۆمەڵگەکان لەژێر کاریگەریی یەک ئەدەب و یەک سینەمادا بوون. لە لێکۆڵینەوەیەکی ئەمریکیدا لەبارەی ڕەفتار و هەڵسوکەوتی ڕۆمانسییانەوە تێبینی کراوە، کە هەردوو ڕەگەز پێیان وایە ڕەفتاری ڕۆمانسییانە بریتییە لە: گەڕان و پیاسەکردن پێکەوە، ناردن یان وەرگرتنی گوڵێک، نانخواردن لە سایەی ڕووناکیی مۆمێکدا، ماچکردن لە چەندەها شوێنی لەیەک جیاوازدا. هەموو ئەمانە لای پیاو بێت یان ژن بە ڕەفتار و هەڵسوکەوتی ڕۆمانسییانە دادەنرێت.

بەلای ژنەوە وتنی وشەی، " خۆشم دەوێیت" وشەیەکی ڕۆمانسییە ئەگەر پیاو بە ژنەکەی بڵێت یان ژنەکە گوێی لێ بێت، کە پیاوەکە دەیڵێت. ئەوەی بە شێوەیەکی تایبەت پیاو

لە ژن جیا دەکاتەوە ئەوەیە کە پیاو سێکس بە ڕەفتارێکی ڕۆمانسی دادەنێت.(Truker et al) 1991

هاوکێشەی ڕاست کامەیە بۆ مانەوە لە خۆشەویستییەکی ڕۆمانسی و هاوکات هەستکردن بە تایبەتمەندێتیی تاکەکەسی؟

مانەوە و پاراستنی تایبەتمەندێتیی کەسێتی هاوکات لەگەڵ توانەوە لە پەیوەندییەکی سۆزداری یان هاوسەرێتیدا پرسێکە هەمیشە جێی مشتومڕ و قسەلەسەرکردن بووە. باشترین وێناکردن بۆ پەیوەندییەکی باش بە بیروڕای تایبەتمان ئەو پەیوەندییەیە بەرمەبنای سێ هاوبەندیی بنچینەیی بێت، لە ژیاندا بێت یان لە پەیوەندیی دوو ڕەگەزدا پێکەوە:

١- پەیوەستی گەرموگوڕی نێوانیان. واتە کەسێتی هەریەکەیان بۆ ئەوی تریان.

٢- پەیوەستییان پێکەوە لە جیهانی دەرەکیدا.

٣- پەیوەستی و جیهانی تایبەتی هەریەکەیان بەجیا بۆ خۆیان.

پەیوەستیی یەکەم نموونەگیریی گەرموگوڕی و قوڵیی پەیوەندی و بیروبۆچوونە هاوبەشەکانیان و هەست و سۆز و چالاکییەکانیانە. هەندێ کەس لە چوارچێوەی ئەم پەیوەندییە کەسێتییەدا دەتوێتەوە و بە تەواوی دەکەوێتە ڕوو و هاوسەری ژیانی یان خۆشەویستەکەی هەموو شتێکی لەبارەیەوە بۆ دەر دەکەوێت. بۆیە هەندێ پێیان وایە دەرکەوتنی تەواوی باش نییە و دەبێ ڕادەیەک تایبەتمەندێتیی کەسەکە خۆی بمێنێت و پارێزگاریکردنی پێویستە.

ئەوەی جێی سەرسامییەوە ئەوەیە کام لەو سێ هاوبەندییە گرنگن و چەندە کات و بایەخ بە هەریەکەیان بدرێت. پرسەکە بڕیارێکی تایبەتی کەسێتییە. هەر مرۆڤە و دەتوانێت بڕیاری

خۆی بدات کام لەو هاوبەندییانە بۆ ئەو گرنگە و ئەم بڕیارەیش دەکەوێتە سەر جۆر و سروشتی پەیوەندیی ویستراو، یان سروشتی هەریەک لە دوو لایەنی پەیوەندییەکە. ڕەنگە ئەم مەسەلەیە هەندێ پرسیاری بوێت، کە دەبێ مرۆڤەکان بە ڕاستیودروستی لە خۆیانی بکەن:

- کامیانت بە لاوە گرنگترە: هاوسەرەکەت یان کارەکەت؟ ڕێژە و ڕادەی گرنگیی گرنگەکەیان بە لاتەوە چەندە؟

- ڕۆژانە چەندە کات لەگەڵ هاوسەر و منداڵەکانت بەسەر دەبەیت؟

- خواست و خولیا و ئارەزووەکانی خۆت چەندە لە کاتت دەبەن؟

زۆر پرسیاری تریش، کە لەو پرسیارانەدا مرۆڤ دەتوانێت ئاست و ڕادەی بایەخدانی بە هەرسێ پەیوەستییەکەی پێشتر دیاری بکات.

پێمان وایە تێرکردنی پەیوەستی یەکەم " گەرموگوڕی نێوان دوو خۆشەویست، دوو هاوسەر" زۆر گرنگە و ئەگەر ئەو گەرموگوڕییە هەبێت ڕەنگدانەوەی لەسەر هەردوو پەیوەستییەکەی تریش دەبێت. بۆیە چەندە لەو پەیوەندییە گەرمەدا دیالۆگ و خۆشەویستی و نەرمونیانی و سۆز و سێکس بە گونجاوی هەبێت هێندەیش هاوبەندیەکانی تریان گونجاو دەبێت. هەریەکەیشیان ڕێز لە دنیای تایبەت و کار و خولیا و تەنانەت دۆست و هاوڕێیانی ئەوی تریان دەگرن. کەواتە پرسەکە پرسی ڕاگرتنی هاوسەنگییەکە هەر لایەک بەجیا و هەردوو لایەن پێکەوە بەگونجاوی ڕای بگرن. ڕاسترین و ژیرانەترین پەیوەندییش ئەوەیە بە ڕێککەوتنی هەردوو لا بایەخی پێویست بە ئاست و قەبارەی هەرسێ پەیوەستییەکە بدرێت.

بۆچی هەندێکەس بۆ ماوەیەکی درێژخایەن لە خۆشەویستیدا دەمێننەوە؟

هەندێ پەیوەندیی خۆشەویستی و سۆزداری سالانێک دەمێننەوە، هەندێکیش سالانێکی زۆرتر کلپەی دێت، لە هەموویشی گرنگتر بوونی پەیوەندییەکی هاوسەرگیری و خێزانییە، کە چەندە بمێنێتەوە هەست و سۆزی خۆشەویستی لێ نەبڕێت. بایەخدەران بە لێکۆڵینەوە لە کایەی هاوسەرگیری و خۆشەویستی لەو دۆخی هاوسەرگیرییانەدا، کە هێشتا بڕێک ڕۆمانسییەتیان تێدا ماوە، تێبینییان کردووە:

١- ئەو هاوسەرانە لە خەڵکانی تر زیاتر گوزارشت لە خۆشەویستییان دەکەن و وشەی "خۆشم دەوێیت، بیرت دەکەم، پەرۆشم بۆت" دەردەبڕن و دەڵێن :" ئەگەر ڕۆژگار بگەڕابایەتە دواوە جارێکی تر داوام دەکردیتەوە. ئەم وشە و ڕستانە وەک ئەفسوون کاریگەرییان لەسەر هەست و سۆز دەبێت و دەبنە هۆکاری کارلێک و کارایی زیاتری هاوسەران.

٢- لەنێوانیاندا سۆز و پێکەوەبوونی جەستەیی بەردەوام هەیە. بۆیە دەبینی دەستی یەکتری دەگرن، یەک لەئامێز دەگرن، ماچی یەکتری دەکەن و بە هەندێ کاری ئاسایی وەک پشتی خستنە پشت، چا و قاوە بۆ تێکردنێک، بالیف گرتنە یەکتری ... هتد، یەکتری دڵشاد دەکەن، کە هەموو ئەمانە بایەخدانن بە سۆز و پێکەوەبوونی جەستەیی.

٣- بەشێوازێکی زایەندی خۆشەویستییان بۆ یەکتر دەر دەبڕن. بۆیە دەبینی حەزی خۆیان بۆ سێکس دەر دەبڕن و لە زۆر کاتدا بۆ کاری سێکسی بەرۆک بەیەکتری دەگرن و دەتوانن ئاستی هەست و سۆز و خواستی سێکسییان بگەیێننە ئاستێکی تەواو ڕۆحی. نەک تەنها ئاستێکی ڕەمەک "غەریزەیی" وشک.

٤- ڕێز لەیەکتری دەگرن و دڵخۆشی و سەرسامیی خۆیان

بەیەکتری دەریدەبڕن. دەبیستین کە پیاوێک بە هاوسەرەکەی یان ژنێک بە پیاوەکەی دەڵێت،" شانازی دەکەم، کە هاوسەری تۆم ، هاوسەرەکەم لە هەموو کەس باشتر گوێم لێ دەگرێت، بایەخ بە بۆچوونەکانم دەدات، هاوسەرەکەم فڵان ئیش و کار زۆر بەجوانی دەکات، یان چێشتی زۆر خۆشە".

٥- زوو زوو ناخ و دڵودەروونیان بۆ یەکتری واڵا دەکەن و هیچ لەیەک ناشارنەوە، زیاتر لەوەی بۆ خەڵکی ڕوون و ئاشکرا و بێگرێ و ئاڵۆزین. هاوبەشی یەکترن لە خەون و هیوا و بیروبۆچوون و تەنانەت خەم و ناسۆر و ئازار و یادەرەوەرییە تاڵ و سوێرەکان و ئەو ئەزموونانەیشیان، کە شەرمەزارییان تێدایە و لەیەکتری ناشارنەوە. ڕەنگە هەندێ جار لایەکیان لە لاکەی تریان قسە و باسی زیاتر بێت. بێگومان ئەمە لە بازنەی هاوسەرگیریدا بە خاڵی لاوازی دانانرێت.

٦- پشتگیری هەست و سۆزی یەکترن و بوونیان بۆ یەکترییە لە خۆشی و ناخۆشی و نەخۆشی و تەنگ و چەڵەمەدا، واتە باشترین هاوڕێی یەکترن. هەرچەند لێکۆڵینەوەکان تەئکید لەوە دەکەنەوە مێینە لەم خاڵەدا ڕۆڵی زیاتری هەیە، چوونکە سروشتی ژن سروشتێکی سۆزدارترە و ئەو پشتگیری بۆ پیاو زیاترە.

٧- بە دەست و دیارییەوە گوزارشت لە خۆشەویستییان بۆ یەکتری دەکەن بەتایبەتی لە بۆنەکاندا. بێگومان دیارییپێشکەشکردن ساردوسڕیی پەیوەندی ناهێڵێت بگرە گەرموگوڕی دەکات و دەبێتە هۆی ئەوەی بەرانبەر هەست بە ڕێز و نەوازش بکات.

٨- کەموکورتی و خەوشەکانی یەکتری قبوڵ دەکەن. لە بەردەوامیی پێکەوبوون و پێکەوەژیاندا هەست بە کەموکورتی و خەوشەکانی یەکتری دەکەن، بەڵام توانایەکی جوانیان هەیە لە هونەری گوێنەدان بەو خەوشانە و زیاتر بایەخدان بە خاڵە بەهێز

و باشـەکانی یەکتری. ئەگـەر خەوشـێکی دیـار و ڕوونیش هەبێت چاوپۆشـی لـێ دەکـەن، یـان بـە ڕۆحـی لێبووردەیـی و سـۆزەوە هەوڵـی گۆڕینـی دەدەن..کاتیـش دەرەخسـێنن بـۆ خەڵوەتێـک کـە هەردووکیـان پێکـەوە بـن.

ئـەم جۆرە خۆشەویست یـان هاوسـەرانە دەزانن خۆشەویستی پێویسـتی بـە بایەخـدان و هـاوکات وریایـی هەیـە. هـەر وەک دەشـزانن خۆشەویسـتی دوور لـە دەسـتوەردان و کاریگەریـی دەوروبـەر باشـتر گەشـە دەکات. ئەمجـۆرە کەسـانە پەیوەندیـی خۆشەویسـتییان دەخەنـە پێـش پرسـەکانی تـرەوە و چێـژ لـە پێکەوەبوونیـان وەر دەگرن و بـە هیـچ پاسـاوێک دڵخـۆش نابن، کـە لەیەکتـری دووریـان بخاتـەوە.

ئایا لەبـارەی چەمکی خۆشەویسـتیی ڕۆمانسییەوە کەسـانی سـەڵت و هاوسـەرداران جیاوازییـان هەیـە؟

لـە چەندیـن لێکۆڵینـەوەدا جەخـت لـەوە کراوەتـەوە جیـاوازی هەیـە و لـە چەندیـن لێکۆڵینەوەیشـدا تەئکیـد کراوەتـەوە جیـاوازی نییـە. لـە لێکۆڵینەوەیەکیانـدا توێـژەران (پیدرسـۆن، شـومیکر ١٩٩٣) دەڵێن لەبـارەی ئامـاژەکانـی خۆشەویسـتیی ڕۆمانسـییەوە لەنێـوان هاوسـەردار و بێهاوسـەردا جیاوازییـەک نیە..ئـەم دوو توێـژەرە پێیـان وایـە ،" پێکـەوە بـوون، گوزارشـتکردن لـە خۆشەویسـتی، بایەخـدان بـە یەکتـری و لەیەکـەوە نزیکبـوون، دەرخسـتنی ڕومانسـیەت و هەسـتکردن بەیەکتـری، دەرخسـتنی خۆشەویسـتیی گەرموگوڕ، هەمـوو ئەمانـە ئامـاژەن بـۆ خۆشـەویسـتیی ڕۆمانسـی.

لـە لێکۆڵینەوەیەکـی تـردا جەخـت لـەوە کراوەتـەوە کەسـانی سـەڵت زیاتـر حەزیـان لـە حاڵەتـی ڕۆمانسـییەت هەیـە لەمیانـەی لەسەوباسـی خۆشەویسـتییەوە، لـە کاتێکـدا هاوسـەرداران پێیـان وایـە ڕۆمانسـییەت کـردارە و تەنانـەت یارمەتیدانـی ژن لـە کاری

ماڵەوە و خەرجی ماڵیش دەگرێتەوە.

ڕاستە پیاوی هاوچەرخ لە دێرینەکان شارەزاترن لە هونەری ڕۆمانسییەتدا؟

ڕەنگە جێی خۆی بێت دان بەوەدا بنێین، کە پیاوانی پێشتر و دێرینەکان قووڵتر چووبێتنە نێو ڕۆمانسیەت و خۆشەویستیی ڕەسەن و بێگەردەوە لەچاو پیاوی سەردەمیدا، بەڵام پیاوی سەردەمی شارەزاترن لە هونەری وروژاندن و ڕۆمانسییەتدا. ئەمەیش دەگەڕێتەوە بۆ کرانەوەی جیهان بە ڕووی یەکتری و بوونی میدیایی ڕاگەیاندن بەدرێژایی بیستوچوار کاتژمێر. بوونی فیلم و چیرۆکە سۆزدارییە بینراو و بیستراوەکان یارمەتیدەربوون لە دەوڵەمەندکردنی ڕستە و دەستەواژەکان بۆ ئەوینداران، بۆیە بەراوردکردنی ئەو ڕستە و دەستەواژانەی ئێستا لە خۆشەویستی و سۆزداریدا دەوترێن، پێمان دەڵێن، کە جیاوازیەکی زۆری هەیە لەگەڵ پەنجا ساڵ لەمەوبەر و وتنیان لە پێشووتردا سنووردار بووە. هەرچەند نابێت نکوولی لەوەیش بکرێت، کە سامانی ڕابردوو لەو ڕستە و دەستەواژانە، بە تایبەتی لای شاعیران، سامانێکی گەورە و بەهادارە و بۆ هەمیشە دەمێنێتەوە، بەڵام لەسەر ئاستی کرداری و جووڵە و چالاکی، بێگومان کرانەوەی سەردەم لە ڕووی ڕاگەیاندنەوە وای کردووە مرۆڤەکان بەجەربەزەییەوە سوود لە هونەری ئەزموونی خۆشەویستی و زایەندیی گەلان وەربگرن..سەرباری ئەو جەربەزەییەی مرۆڤی هاوچەرخ خۆی هەیەتی، دوای دوورکەوتنەوەیش لە بازنەی ترس و عەیبە، مرۆڤ جەربەزەیی زیاتری نواند، تا بە کرداری ڕۆمانسیتر بێت لەوەی بە گوفتار دەیڵێت.

بۆچی سەردەمی ڕۆمانسیبوون کۆتایی هات؟

ڕۆمانسییەت کۆتایی نەهاتووە و کۆتاییشی نایەت. لە سەردەمی هاوچەرخدا پرسە ماددییەکان بەسەر پرسە ڕۆحی و هەستەکییەکاندا زاڵبووە، هەرچەندە دەستیان بەسەر ژیانی هاوچەرخدا گرتووە و هەست و ڕۆحی مرۆڤیان بریندار کردووە، لێ بەرانبەر هەر برینێکی ماددی، کە دەکرێتە جەستەی هەست و سۆزی بێگەرد و ڕۆمانسییەتەوە..هەزاران ڕۆمانسییەتی تر دێنە ئارا، کە ژیان هاوسەنگ دەکەنەوە..

راگەیاندنی هاوچەرخ ڕۆڵی ژێربەژێری بینیوە لەوەدا، کە ڕەشبین بین و پێمان وا بێت خۆشەویستی نەماوە. تەلەفزیۆن و کەناڵە ئاسمانییەکان و تەنانەت ڕۆژنامەکانیش تەنها باس لە تاوان و تالانیکردن و حەزبازییەکان دەکەن.. لە کاتێکدا واقیع دەڵێت دەسەلاتە مادديیەکان چەندە بن هێشتا هێندە ڕۆمانسییەت هەیە ژیان هاوسەنگ بکاتەوە.

ڕاستە ڕۆمانسییەت تایبەتە بە ڕەگەزی مێ؟

نەخێر ڕۆمانسییەت لە ڕەگەزی نێریشدا هەیە، بەلام لە مێیەنەدا ڕوونترە، چوونکە مێینە بەسۆزتر و نەرمونیانتر و جەربەزەترە لە دەرخستنی هەست و سۆزەکانیدا. وێڕای ئەوەی نەریتی گشتی لە زۆرینەی کۆمەڵگەکاندا ڕێگە دەدات مێینە خەم و ئازار و لاوازی و هەست و سۆزەکانی دەر بڕێت، بەو بڕوایەی ئەم خەسڵەتانە نیشانەی لاوازین و ئەمەیش بۆ پیاو قەدەغە و حەرامە، چوونکە پیاو دەبێ زبر بێت و دەر نەبڕینی هەست و سۆز سیفەتی پیاوەتییە! لە ئێستادا ئەم جۆرە بیروباوەڕانە کەمبوونەتەوە. ئازادبوونی ژن و چوونە نێو بواری کارکردن، بەرپرسیارێتی وەک ڕەگەزێک نەیهێشتۆتەوە ئیشی تەنها

بەڕێوەبردنی هەستە ڕۆمانسییەکانی بێت. ئێستا مێینە بەهێزە و ڕەنگە لە پەرچەکرداریدا لە ئاستی خۆشەویستی لەگەڵ نێرینەدا یەکسان بێت.

جیاوازیی نێوان ڕۆمانسییەتی جاران و ئێستا چییە؟

ڕۆمانسییەت و هەست و سۆزە جوانەکان بەشێکن لە باری دەروونی، کە لە ڕەوتی گەشەسەندنی ڕاستودروستدا بەسەر مرۆڤدا دێن، بەڵام وەک هەموو بوارەکانی تری ژیان گۆڕانکاری بەسەر ئەو هەست و سۆزە جوانانەیشدا هات و تووشی بە خێرایی گۆڕانی هێنا. تێبینی دەکرێت لە ڕابردوودا کەسی ئەویندار هەموو تەمەنی لە ڕۆمانسیەتی یەک ئەشقدا بەسەر دەبرد، بەڵام لە ئێستادا ڕۆمانسییەت تەمەنی کورتە و خۆشەویستی و ئەشقیش وەک جلوبەرگگۆڕین و گۆڕینی کەرەستەی لێهاتووە و زوو زوو دەگۆڕدرێت. مرۆڤی هاوچەرخ لە پەیوەندییدا لەگەڵ بەرانبەر حیساب بۆ بەرژەوەندی و دەستکەوت دەکات، بەڵام مرۆڤی ڕابردوو خۆشەویستیی پاکوبێگەرد و ڕەسەنی دەویست نەک بەرژەوەندی.

خۆشەویستیی شیاو

خۆشەویستیی گونجاو

خۆشەویستیی شیاو کێیە؟

مـرۆڤ خـۆی بڕیـار لـەوە دەدات کـێ بـۆ ئـەو دەکرێـت ببێتـە خۆشەویست یـان هاوسـەری گونجـاو و شـیاو. ئێمـە لـە ئامانـج و خەسـڵەتەکانی کەسـێتی و کێشەکانیشـماندا لەیـەک جیاوازیـن، بۆیە لای هەریەکەمـان کەسێک بە گونجـاو دەزانیـن و بـە شـیاوی خۆمانـی دادەنێیـن. ڕەنگـە هەندێکمـان سـۆراخی خەسـڵەتێک بکەیـن و هەندێکیشـمان بـەدوای زیرەکیـدا و هەندێکـی تریشـمان پێگـەی کۆمەڵایەتیـی کەسـەکەی بـەلاوە گرنـگ بێـت. هەندێکمـان کەسـێکی دەوێـت ئـارام و هێـوری بکاتـەوە و کەسـانێکیش هـەن خۆشـەویستیی غەریزەییـان دەوێـت، هەندێکیـش لـە خۆشەویسـتێکی هاوشـێوەی خـۆی دەگەڕێـت چوونکـە لەگـەڵ کەسـی جیـاواز لـە خۆیدا ئیدارە ناکات و هەندێکیش بەپێچەوانـەوە کەسـی جیـاواز لـە خـۆی دەوێت، تا کەموکورتییەکانی پڕ بکاتـەوە یـان هەسـت بـە بێـزاری و وەڕسـبوون نـەکات. لـە ڕاستیشـدا مرۆڤـی هاوچـەرخ بەهـۆی کرانـەوەی پەیوەندییـەکان و زیرەکیـی گشـتی لـە تێگەیشـتنی بەرانبـەردا توانـای زیاتریشـی هەیـە لـە دەستنیشـانکردنی خۆشەویسـتیدا. لەگـەڵ ئەوەیشـدا دەبینیـن

هەڵبژاردنی خۆشەویست بێت یان هاوسەری ژیانی گونجاو، هەر قورسە و تەنانەت ئەوانەیشی پێیان وایە خۆشەویستی گونجاوی خۆیان دەست کەوتووە دوای ماوەیەک بۆیان دەر دەکەوێت بە هەڵەدا چوون، بەڵگەیش بۆ ئەم بۆچوونە ئەو جیابوونەوە و واز لەیەکتری هێنانانەیە، کە لەم سەدە هاوچەرخدا دەبینرێن.[1] باشتر وایە لە تەمەنی پێگەیشتوویدا، واتە لەدوای بیست ساڵیدا بیر لەوە بکەینەوە، کە ئێمە چیمان لە هاوسەری ژیان، یان لە خۆشەویستەکەمان دەوێت، لە دانیشتن و وردبوونەوەیەکدا لەگەڵ کەسێک وەک گرێبەست یان وەک مامەڵەیەک دەڕوانینە پەیوەندیی سۆزداری و خۆشەویستی یان هاوسەرگیری، ئەمە سووکایەتی نییە بەو پەیوەندییە مرۆییە هێندەی پاراستنێتی، ئیدی لەگەڵیدا مامەڵەی خۆشەویستی و هاوسەرگیری دیاری دەکەین، دەبێ ئەوەیش لە بەرچاو بگیرێت، کە ئەو خۆشەویستە گونجاوە نیوەی ئەوەت دەداتێ، کە تۆ دەتەوێ و کەسیش نییە بەتەواوی تێرت بکات، ئەم فەلسەفەیە وا دەکات جیاوازی و هەڵەکانیش قبوڵ بکەین.

ئایا دەتوانین بە ڕەچاوکردنی تیۆر و بۆچوونەکان لەبارەی خەسڵەتەکانی کەسێتییەوە خۆشەویستی گونجاو بدۆزینەوە؟

هەموو ئەو تیۆر و تاقیکردنەوانەی وەسفی سروشت و مۆرکی کەسێتییەکانمان بۆ دەکەن تەنها ڕاوبۆچوونن و هەڵە هەڵدەگرن، ڕاستە بە شێوازی زانستیین و بە وردی و چەسپاوی ئەزموونیان لەسەر کراوە، بەڵام هێشتا هەر تیۆرن، دواتر ئەوە کارێکی لۆژیکی

[1] تەنانەت لە هەرێمی کوردستانی خۆیشماندا لە هاوسەرگیریدا بەپێی ئامارە نافەرمییەکانی ڕێکخراوەکانی کۆمەڵی مەدەنی و دادگاکان ڕێژەی تەڵاق لە بەرزبوونەوەدایە، ئەمە وێڕای ئەوەی پرسی خۆشەویستی وەک گەمەیەکی لێ هاتووە، بەڵکوو وەک شمەکێک مامەڵەی لەگەڵدا دەکرێت/وەرگێڕ.

نییە بڕیارمان لە هەڵبژاردنێک دابێت پرسیار لە کەسێک بکەین دەتوانێت بەرجەستەی بکات و دیاری بکەین ئاخۆ بۆ ئێمە گونجاوە یان گونجاو نییە. تەنانەت گەر بەرجەستەکردنەکەیش ڕاستەوخۆ بێت لە هەڵبژاردنی هاوسەری ژیان لە ڕێی دامەزراوەیەکەوە یان لە ڕێی ئینتەرنێتەوە هەر تەواو و ڕاست نییە.." بڕواکردنەکە جێی متمانە نیە چوونکە مرۆڤ هێندە بە سادەیی و ساکاری دروست نەکراوە، ڕەنگە لەمیانەی تاقیکردنەوەکانەوە هەندێ خەسڵەتی گشتیی کەسی گونجاومان بۆ دەر بکەوێت، بەڵام ڕاستییەک هەیە، کە پێمان دەڵێت مرۆڤ بوونەوەرێکی ئاڵۆز، قووڵ، پێکهاتەیەکە بە هاوڕێیەتی و دۆستایەتی و مامەڵەلەگەڵکردنیدا نەبێت وەک پێویست ناناسرێت. ڕەنگە تەنها بۆ ناسین و زانینی خاڵێکی دیاریکراو لە کەسێتی مرۆڤێکدا ماوەیەکی زۆر، یان هەلومەرجێکی دیاریکراومان بوێت، بەڵام وردبوونەوە لە خاڵە بنچینەییەکانی کەسێتی گرنگە. لێکۆڵینەوەکان دەڵێن عەودالی کەسێک بە، هەڵگری بەهای هاوشێوەی بەهاکانی تۆ بێت، خاوەنی دیدێکی هاوشێوە و بیرکردنەوەیەکی ئابووری و خێزانی هاوشێوەت بێت و لەو سۆنگەیەوە بڕیار لە گونجاویی کەسەکە بدە. کەواتە پێکەوەدانیشتن و گفتوگۆی ڕوون و ڕاشکاوانە مرۆڤ دەگەیێنێتە دەستنیشانکردنی ڕاستودروستی خۆشەویست و هاوسەری گونجاوی ژیان. لای مرۆڤەکان هێشتا ڕەگەزێک دەمێنێتەوە لەبارەی واقیعی شاردنەوە و درۆکردن و خۆجوانکردن لای مرۆڤ.

بۆچی دوای ماوەیەک پەیوەندی تێگەیشتنمان لە خەسڵەت و ئاکارەکانی خۆشەویست دەگۆڕێت؟

کورت و پوخت لەبەر ئەوەیە خۆمان دەگۆڕێین. ئێمەی مرۆڤ لەسەر خەسڵەت و ئاکارێکی دیاریکراو نامێنینەوە، بەڵکوو سەلیقەمان لە جلوبەرگلە ڕەنگەکانبگرە لە بیروباوەڕ و تەنانەت

بەرژەوەندییەکانیشمان بە تێپەڕبوونی کات دەگۆڕێت. هەندێ جار هەردوو لایەنی خۆشەویستییەکە پێکەوە دەگۆڕێن، یان لایەکیان دەگۆڕێت و ئەگەر هەیە ئەوی تریشیان بگۆڕێت.. هەندێ کەسیش دەیانەوێت لەگەڵ گۆڕانی تەمەن و سەلیقە و بیروباوەڕیدا بەرانبەرەکەشیان بە پێی گۆڕانەکانی ئەو بگۆڕێت. زۆریش دوچاری نەخۆشییە باوەکەی مرۆڤ "بێزاری" دەبن و دوای ماوەیەک پێکەوەبوون ئیدی بە لایەوە لە خۆشەویستەکەیدا شتێک نابینێت بیورووژێنێت و دڵی خۆش بکات. بۆیە بێزاری فاکتەرێکە بۆ چەقبەستنی سۆز و ڕەمەکەکان، بێگومان لە ئاستی ئەو بێزاری و وەڕسبوونەدا زۆرێک پێیان وایە دروستکردنەوەی ژیان و گەرموگوڕکردنەوەی سۆز و ڕەمەکەکان بە سۆراخکردنی کەسێکی تر دەبێت، بەڵام ڕاستییەکەی ئەوەیە خەسڵەت و ئاکارەکانی کەسێک تا ماوەیەک بۆمان گونجاو دەبێت و لە خزمەتی پێویستییەکانماندا دەبێت. دوای تێربوونمان پێویستی ترمان بۆ دروست دەبێت، کە دەبێ بەدوای تێرکەرێکدا بگەڕێین بۆیان، بەڵام پەیوەندیی ژیرانەی مرۆڤایەتی پشت بە چەندین ڕەهەند دەبەستێت وەک پێکەوەبوون و یادەوەرییەکان و خێزان و منداڵ و بەهۆی کەسێکی نوێوە مرۆڤ خۆشەویست یان هاوسەری ژیانی ناسڕێتەوە، بەڵام ئەوەی ڕوو دەدات ئەوەیە ئەگەر هەستی بێزاری و وەڕسبوون و پێویستی بە کەسێکی تر لەسەر داوای خۆی سوور بێت و دەرفەتیش بڕەخسێت، بێگومان مرۆڤیش هەوڵدەدات گەمەیەکی هاوسەنگ بکات، واتە خۆشەویست یان هاوسەری پێشوو بهێڵێتەوە و بەئاشکرا بێت یان بەنهێنی پەیوەندییەکی نوێ ببەستێت.

تیۆری ڕەنگەکان چییە لە دەستنیشانکردنی خۆشەویستی گونجاودا؟

تیۆری ڕەنگەکان تیۆرێکی دەروونیی نوێیە و پێمان دەڵێت هەموو مرۆڤێک ڕەنگی دیاریکراوی خۆی هەیە، کە ڕەنگدانەوەی کەسێتییەتی. دەکرێت بەهۆی ئارەزوویەوە لە ڕەنگێکی دیاریکراوەوە هەندێ لە ڕەهەندەکانی کەسێتی بەرانبەرت بزانیت، بەڵام بنچینەی تیۆرەکە بریتییە لە چارەسەرکردنی کێشە و گرفتە دەروونییەکان و تا ڕادەیەکیش گۆڕینی هەندێ لە شێوەکانی ڕەفتار و کاریگەری خستنەسەر خەسڵەتە بنچینەییە نەرێنییەکان و ڕاستکردنەوەیان بە ڕەنگەکان. دەروونناسیی ڕەنگەکان لەو بڕوایەدایە هەر ڕەنگە و کەسێتیی خۆی هەیە. ئەوانەی بڕوایان بە کاریگەریی ڕەنگەکان هەیە، بە خۆیشمەوە، دەڵێن هەر کە مرۆڤێک خۆکردانە ڕەنگێک هەڵدەبژێرێت بەوەدا کەسێتیت بۆ دەر دەکەوێت و بەوە دەرفەتێک یان ئامرازێکت دەداتێ کەسێتی بناسیت و بزانیت، تا چ ڕادەیەک وەک خۆشەویست بێت یان هاوسەر گونجاوە بۆت، تەنها بڕوانە پۆشاک و کەرەستەی نێو ماڵەکەی، یان بە شێوەیکی گونجاو لێی بپرسە چ ڕەنگێکی بە دڵە و دواتر بڕیار بدە ئاخۆ کەسێتی بەپێی ڕەنگەکان لەگەڵ تۆدا دەگونجێت یان نا.[١]

کەسێتیەکان بەپێی ڕەنگەکان:

- کەسی سوور:

ڕەنگی سوور ڕەنگێکە سروشتی بەهێزیی هەیە و وروووژێنەرە و وزەهێنەرە. ڕەنگێکی تۆخە و خانەی خوێن دروستدەکات و ڕەنگی جووڵە و بەخشینە و سروشتی زۆری و فراوانبوونی هەیە لە هەموو شتێکدا، ڕەنگێکی زیندوو و وریایە، بۆیە ئەو کەسەی

١ بێگومان ئەم بۆچوونە بەپێی کۆمەڵگە و سەردەمەکان دەگۆڕێت. بۆ نموونە زۆرینەی تاکەکان لە کۆمەڵگەی کوردەواریدا، بەتایبەتی ڕەگەزی مێ، ڕەنگی ڕەش بەکاردەهێنن و ڕەنگی ڕەش ڕەنگێکی زاڵە و بووەتە مۆدێل و تەنانەت لە دوکان و کۆگاکانی جلوبەرگیشدا ڕەنگی ڕەش گرانترە و زووتریش تەواودەبێت، ئەمەیش وا دەکات ئەم تیۆرە دووچاری کێشە بێت و نەتوانرێت بەپێی ڕەنگی کەسێتی دیاری بکرێت/ وەرگێڕ

ئەم ڕەنگەی بەلاوە پەسەند بێت ئەم خەسڵەتانەی دەبێت:

کەسێکی سەرچڵ، خواستمەند، خاوەنی بیروبۆچوونی بنچینەیی و ئازایە و چێژوخۆشی لە هەموو ڕەمەکە بنەڕەتییەکانی وەردەگرێت، حەزی لە خواردن و سێکس و میوزیکە، کەسێکی زۆر خواستمەندە و بەدڵ بەخشندەیە، هاوکات ئەگەر تووڕە بێت یان هەست بکات تێری ناکەیت، تا ڕادەیەکی زۆر مەترسیدارە.

- کەسی پرتەقاڵی:

پرتەقاڵی ڕەنگی هاوسەنگیی سۆزداری و هاوسەنگیی کۆئەندامی هەرسە، ڕەنگێکی باشە بۆ بە ئاسایی وەرگرتن و تێگەیشتن لە ڕووداوەکانی ژیان، ڕەنگێکە وا دەکات ئەوەی پێویستیت پێیەتی بەکاری بێنیت و ئەوەی پێویستیت پێی نییە ڕەتی بکەیتەوە و نەتەوێت. ئەوانەی ئەم ڕەنگەیان بە دڵە کەسانێکی باش و هاوسەنگن لە پەیوەندییدا، تێگەیشتوون و لە ئارامگرتن و دڵدانەوەدا یارمەتیدەری هاوسەری ژیانیان و هەموو ئەو کەسانەیشن تووشی نائومێدی بوون، هەروەها کەسێکی خاوەن سۆز و بەزەیی و خۆشنوودن و دەتوانن لە دارستانی ژیاندا بژین.

- کەسی زەرد:

ڕەنگی زەرد لە تیۆری ڕەنگەکاندا بە برای ڕەنگی پرتەقاڵی و ڕەنگێکی نیمچەگەرم ناسراوە، بەڵام زیاتر بە عەقڵەوە پەیوەندە نەک سۆز.. ڕەنگێکی خۆشنوود و چالاک و بەختەوەرە، کەسی زەردی شەیدای ڕەنگی زەرد کەسێکی ژیرە، بەژیری و زوو لە شتەکان تێ دەگات و لۆژیکی و زۆر کۆمەڵایەتی و مرۆڤدۆستە و ڕقی لە ڕەگەزپەرستی دەبێتەوە، کەسێکی شادمانە و دەیەوێت دەوروبەریشی بەختەوەر بن، هاوکات کەسێکە ڕەفتارە جوان و خۆشەکانی منداڵیی تێدایە و حەزی لە گاڵتە و یاریکردن و خۆشحاڵییە. بێگومان کەسێکی سیستماتیکە و خاوەنی

بیرکردنـەوەی ڕێکوپێکـە. دەبینیـن مەیلـی لـە هونـەری بیناسـازی و پیشـەنگی و کارگێڕییـە، کەسـێکە هەرچەنـدە خاوەنـی عەقڵێکـی بەهێـزە، بـەڵام ڕێگـە نـادات عەقڵـی بەسـەر دڵ و دەروونیـدا زاڵ بێـت، بۆیـە خۆشەویسـتی دەکات و هـاوکات بیریـش دەکاتـەوە. نموونـەی کەسـی سـەرکەوتووی سـەردەمی و هاوچەرخـە.

- کەسی سەوز:

ڕەنگـی سـەوز ڕەنگێکـە لەنێـوان گـەرم و سـاردیدا، لەنێـوان ڕەنگەکانی زەوی، کـە بنچینەکەیـان سـوورە و ڕەنگەکانی ئاسـمان، کـە بنچینەکەیـان شـینە، سـەوز ڕەنگـی شـیفا و چاکبوونەوەیـە، ڕەنگێکـە دڵ نەرمونیـان دەکات و بەبـێ هـۆکار و لێکدانـەوە و ڕاڤەکـردن ئەوینـداری دەکات، مرۆڤـی سـەوز بـە دڵ و گیـان ئەویندارە. ئـەم ڕەنگـە وات لـێ دەکات هەسـت بکەیـت لەبـەر خـودی خـۆت و شـێوەت قبوڵـت دەکات و خـەوشـی خەڵکـی قبـوڵ بکەیـت، بەتایبەتـی خـەوشـی ئەوانـەی پەیوەندیـی سـۆزداریت لەگەڵیانـدا هەیـە، کەسـی سـەوز کەسـێکی خۆشنوود و یارانـە، بـەڵام هـەر کات هەسـت بـکات سـتەمی لـێ دەکرێـت یـان کەوتۆتـە مەترسییەکەوە ئارامیـی سـۆزداری دەشـێوێنێت، ئیتـر هۆڵـی لـێ دێـت و دەکەوێتـە بەرگـری.

- کەسی شین:

شـین ڕەنگی ئاسمانە، ڕەنگی حیکەمەت و دانایی و بیرکردنەوە و شـەفافیەتە. مرۆڤـی لـەو جـۆرە دانایـە خۆشـنوودە. پەیوەندیـی بـاش و سـەقامگیر و دوورە لـە گەردەلوولـە باوەکانـی سـۆز، بـەڵام هـاوکات قسـەکردن و گوفتـاری لـە سـێکس زیاتـرە. زۆر هێمنـی و دانایشـی وای لـێ دەکات کەسـێکی ساردوسـڕ و تـا ڕادەیەکیـش مـردوو دەر بکەوێـت.

- کەسی شەبەنگی:

کەسـێکە ئەوینـدار و شـەیدای ڕەنگەکانـە، یەکێـک لـەم دووانـە

دەبێت، یان کەسێکی چالاک و زیندوو و بووژاوەیە و لە شتلەدەستچوون و کارلەکارترازان دەترسێت. لەگەڵ ئەوەدا کە خۆشەویستێکی باشە بەلام لە دوودڵی و لەگەڵ ترسی مردن و شکستخواردندا دەژی هەرچەند وا خۆی دەر بخات بەو جۆرە نییە. یاخود کەسێکە متمانەی بە خۆی نییە و تەنها دەیەوێت دەوروبەری لێی ڕازیبن.

ڕەنگەکانیش وەک تیۆرەکانی تر نیشانە و ئاماژەی کەسێتییان لێ دەخوێنرێتەوە، بەلام نیشانە و ئاماژەکان ڕاست یان درۆ و ناتەواون.

ئایا لەیەکچوونی کەسێتی لە پەیوەندیی خۆشەویستیدا باشە یان خراپ؟

تەنانەت لە حاڵەتی دووانەیشدا کەسێتی دوو کەس بەتەواوی لەیەک ناچن. لەیەکچوون هەمیشە ڕێژەییە و ئەمەیش ئەوە ناگەیێنێت ئەو دوو کەسە کۆپی یەکترن، بۆیە کەسەکان چەندە لەیەک بچن هێشتا ڕادەیەک جیاوازی هەیە و جیاوازییش یەکەم کلیلی ئەفسووناویی کوشتنی بێزاری و ڕۆتینە.

ئەگەر گریمانەی ڕادەیەک لەیەکچوونی نێوان دوو کەس بکەین، ئەم لەیەکچوونە دەکەوێتە سەر کەسێتی پیاو و ژن لە قبوڵکردنی لەیەکچوونەکەدا، ئەگەر هەردووکیان لە گروپی کەسێتییەنەرێنییەکان بوون ئەوکات لەیەکچوونەکە بە بێزارکەر دادەنێن، ئەگەر لە کەسێتییە ئەرێنییە پێگەییشتوو و تێگەییشتووەکانیش بوون ئەوکات لەیەکچوونەکە بە هۆکاری بەختەوەری و سەرکەوتنی پەیوەندییەکەیان دادەنێن. مرۆڤی پێگەییشتووی هۆشیار و بەئاگا لە پەیوەندیی سۆزداری یان هاوسەریتی، بێگومان دەیەوێ بزانێت لە کەسێتیی بەرانبەردا چیی دەوێت، یان تەنانەت بەبێ دیاریکردنی ئەوەی دەیەوێت لە

کەسێتیی بەرانبەری ورد دەبێتەوە، تا بزانێت کەسێکی ئاسایی و کراوەیە یان گۆشەگیرە و سیفەت و خەسڵەتەکانی خۆیشی بەوانەی ئەو بەراورد دەکات و بە قووڵی تێبینی دەکات، کە ئاخۆ تا چ ڕادەیەک خەسڵەت و سیفەتە لەیەکچوو و جیاوازەکانی لەگەڵ ئەودا دەگونجێت. بێگومان لەم پرۆسەیەدا لەوە باشتر نابێت، کە مرۆڤ لەگەڵ خۆیدا ڕاستگۆ و ڕاشکاو بێت و کەسێتی و هەست و خەم و ترسی هاوشێوەیی و جیاوازیی خەسڵەتەکانی کەسێتییان بۆ بەرانبەری بخاتە ڕوو. کەواتە قبوڵکردن و ڕەتکردنەوە و لێکدووری و لەیەکچوون و جیاوازییەکان دەکەوێتە سەر پێگەیشتووی و ئامادەیی لایەنی دووەم.

خاڵێکی گرنگ هەیە ئێمە وەک دەروونناس و شارەزا جەختی لێ دەکەینەوە، کە بریتییە لەوەی نە خۆمان و نە بەرانبەریش لە بۆتە نەدەین، چوونکە مرۆڤ شایستەی گۆڕانە و نابێ پشت بە خەسڵەتێک ببەستین و پێمان وا بێت، تا هەتایە لە کەسێتیدا دەمێنێتەوە و ناگۆڕێت.

ئایا هاوپیشەیی دەبێتە هۆی شکستی پەیوەندیی خۆشەویستی؟

پیاو و ژن تەنها لە دوو پیشەدا هاوبەشی و هاوپیشەییان هەیە: بێزاری و ئیرەیی.

ئیشکردن لە یەک پیشەدا، یان هاوپیشەیی ڕەنگە بێزارییەک لە پەیوەندیدا دروست بکات، چوونکە ئەو دوو لایەنە شتێکی جیاوازیان نابێت لای یەکتری باسی بکەن، بەڵام ئەگەر پەیوەندیی پیاو و ژن زیرەکی تێدا بێت ڕەنگە هاوپیشەیی ببێتە خاڵی هاوبەش بۆ تێگەیشتن لە کێشە و قورساییەکانی پیشە هاوبەشەکەیان و بشبێتە هۆکارێک بۆ هاوکاری و یارمەتیدانی یەکتری، بگرە هاوپیشەیی ڕەنگە پەیوەندییەکی گەرم و بەسۆز

بێنێتە ئارا، چوونکە خاڵی هاوبەشیان لەنێواندا دروست دەکات.

ئیرەیی پەیوەندیی خۆشەویستی یان هاوسەری دەخاتە نیگەرانییەوە، بەتایبەتی ئەگەر لە پیشەکەدا دەرفەتی پلەبەرزبوونەوە و داهێنانکاری هەبێت و دەر کەوتن و سەرکەوتنی لایەکیان ئیرەیی لایەکەی تریان بورووژێنێت و خۆی بە کەمتر و نزمتر بزانێت، بێگومان ئەم هەستەیش دەبێتە سووتێنەری هەر هەست و سۆزێک لەو نێوەندەدا هەبێت.

مەترسیی زیاتر لەوەدایە هەردوو لا لە یەک شوێندا ئیش بکەن، هاوپیشەیی کێشە نییە بەڵام ئیشکردن لە یەک شوێندا باش نییە. ئەوانەی لە شوێنی کاردا دەکەونە بازنەی خۆشەویستییەوە و لە هاوسەرگیریدا پێک دەگەن، باشتر وایە شوێنی کارەکەیان جیا بکەنەوە، تا پەیوەندییەکەیان باشتر بێت.

ئایا دەتوانین بۆ دەستنیشانکردنی خۆشەویست پشت بە کەلووەکان ببەستین؟

کەلووەکان، یان مێژووی لەدایکبوونی کەسێک، کە کەلووەکەی پێ دیاری دەکرێت، دەشێت ئاماژەی باش و ڕاستودروستمان لەبارەی خەسڵەتە گشتییەکانی کەسێتییەوە بداتێ، ئەگەر لەلایەن کەسێکی شارەزا و پسپۆڕەوە بکرێت، نەک بە پشتبەستن بەو کەلووانەی لە ڕۆژنامە و گۆڤارەکاندا بڵاودەکرێنەوە، کە تەنها بۆ برەودانە بە بڵاوکراوەکان.(١)

بەڵێ کەلوو خەسڵەتە گشتییەکان دیاری دەکات، بەڵام هەموو مرۆڤێک لەمیانەی ئەزموونی ژیانی ڕۆژانەی و تاقیکردنەوە و پەروەردەوە هەندێ شتی تری نامۆ دەخاتە نێو کەلووەکەیەوە، وێڕای کاریگەریی کەلووەکەی بە کەلوو و ئەستێرەکانی تر لە

١ مەبەستی نووسەر ئەوەیە زانستی نیین و لەلایەن کەسانی شارەزا و پسپۆڕەوە ناکرێن/وەرگێڕ

کاتی لەدایک بوونیدا.

بەکورتی دەکرێت، تا ڕادەیەک پشت بە کەلووەکان ببەسترێت لە دیاریکردنی کەسێتیی خۆشەویستدا، بەڵام بۆ ئەم کارەیش خاڵێکی گرنگ هەیە ئەویش ڕەچاوکردنی *زانستی دەروونناسیی کەلووەکانە* لە ئاست و ڕادەی ئەگەری خۆگونجان، یان هونەری مامەڵەکردن لەگەڵ خەسڵەتەکانی کەلووەکەت لەگەڵ کەلووی بەرانبەردا.

خاڵێکی تری گرنگیش هەیە، کە ژنی کەلوویەک لە کەسێتی و گونجاویدا جیاوازە لە کەسێتی و گونجاوی پیاوێک لە هەمان کەلوودا. واتا کەسێتیی ژنێکی کەلووی کاوڕ جیاوازە لە کەسێتی پیاوێک لە هەمان کەلووی کاوڕدا. بۆیە کاتێک پیاوی کەلووی کاوڕ تێکەڵ بە ژنێکی کەلووی گا دەبێت کارلێکەکە جیاواز دەبێت ئەگەر کەلووی پیاوەکە گا و کەلووی ژنەکە کاوڕ بێت، چوونە نێو کەلووەکان پرسێکی درێژخایەنە و لێرەدا هەندێکی ڕوون دەکەینەوە لەبارەی پەیوەندییانەوە بە نێر و مێینەوە.

پیاوی کەلووی کاوڕ و ژنی کەلووی گیسک چەندە بۆ یەکتری گونجاون؟

لە سروشتی هەردووکیاندا هیچ ململانێ و ڕکابەرییەک نییە و نەبوونی ململانێ دەبێتە هۆکاری پەیوەندییەکی هێمن و ئارام لەنێوانیاندا. ژنی کەلووی گیسک ئارامی و سەقامگیرییەکی تەواو چەسپاوی دەوێت بەتایبەتی لەو پیشەیەدا، کە بەدڵێتی، ئەمە ئەوە دەخاتە ڕوو، کە ئەم ژنە کاتی تەواوی بەدەستەوە نییە بۆ خۆخەریککردن بە "من – أنا- ی" ی پیاوی کاوڕەوە، بۆیە لە زۆرینەی بارەکاندا پەیوەندییەکەیان سادە، واتە هاوڕێیەکی دێرینن لە ئیشەکەیاندا. دواتر خۆشەویستی دەکەوێتە نێوانیان و ئەو خۆشەویستییە تەنها شکاندنی ڕۆتینی پەیوەندیی

کەشـوهەوای کاری ڕۆژانەیانـە، بۆیـە دەبینێت بـە تێکەڵبوونـی لەگـەڵ سـەرقاڵی و هەڵچوونەکانـی پیـاوی کەلـوو کاوڕدا دەشـێت کەمێک جووڵـە و چالاکی بـەدی بێنێت، پیاوەکەیـش لەگـەڵ ئـەودا پەیوەنـدی دەبەسـتێت، بـەڵام نابێتـە ئەوینداریکـی شـەیدای، چوونکـە کاتێـک دەکەوێتـە ئـەو پەیوەندییـەوە ئیتـر هەسـت دەکات تـووش بـووە و دەیەوێت ڕزگاری بێت. بـە لایەنـی سێکسـیەوە ژنەکـە بـە سـەرسووڕمان بەتوانـای نێوجێگەیـی غـروری پیاوەکـە تێر دەکات، بـەڵام پـاش ماوەیـەک ژنەکـە سـاردی و ڕۆتیـن و لۆژیکەکـەی پێشـووی بیـر دەکەوێتـەوە و بۆیـان دەر دەکەوێـت سروشـتیان جیـاوازە و یـان دەبـێ شکسـت و نائومێـدی و هەریـەک بـۆ ژیانـی خـۆی، یـان واقیعـی لەیەکتریهەڵهاتـن قبـوڵ بکـەن.

پیـاوی کەلـووی کاوڕ چەنـدە بـۆ ژنـی کەلـووی سـەتڵ دەگونجێـت؟

پەیوەندییەکەیـان جوانـە، بـەڵام بـەزۆری کاتییە. ژنی کەلووی سـەتڵ لـەو پیـاوە دەکۆڵێتـەوە، پێش ئـەوەی بێتـە نێو ژیانیـەوە پرسـیاری لەبارەوە دەکات، چوونکە ئەو لەم زیاتر بە چەندین پەیوەندیی تردا تێپەڕیوە. ڕاسـتیەکەی ئـەم دوو کەلـووە بۆ هاوڕێیەتی باشـترن و ئەگـەر خۆشـەویستییش هەبێت دەبێ بڕێک هاوڕێیەتییـان لەنێواندا بێت، پیاوەکـە خۆشـی و وروژاندنـی سێکسـیی دەوێت. لەکاتێکدا ژنـی کەلـووی سـەتڵ بایـەخ بـە لایەنـی عەقڵـی زیاتـر دەدات، وەک بـە لایەنـی سێکسـی بـەڵام حـەزە سێکسـییەکەی و وروژاندنـی وا دەکات زیاتـر پیاوەکـە بناسـێت. ژنـی کەلـووی سـەتڵ زوو بێـزار دەبێت بۆیـە دەبێ پیاوی کەلووی کاوڕ لـە پەیوەندییدا لەگـەڵ ژنی کەلووی سـەتڵ زیاتر زەین و عەقڵـی سـەرقاڵ بکات، یـان لایکەمـی هەسـت و سـۆزی نـەک جەسـتەی. بـەلای ژنـی کەلـووی سـەتڵەوە سـێکس زۆر گرنگـی نییـە و نایـکات بـە ئامانجـی پەیوەندییەکـەی.

بەلای پیاوی کەلووی سەتڵەوە سێکس بە یەکێک لە بنچینەکانی "مـن – انـا"ی خووپێوەگرتـوو دادەنرێـت. ژن قسـە و گفتوگـۆی ئێوارانـی دەوێـت و لای پیـاوی کەلـووی سـەتڵیش شـەو چێـژ و خۆشـی و ڕەمەکـە، نـەک عەقڵگـەری و گفتوگـۆ و لێرەیشـەوە جیاوازیەکـی دیـار بـەدی دەکرێت.

پیاوی کەلووی کاوڕ چەندە بۆ ژنی کەلووی شێر شیاوە؟

پێکگەییشـتنی ململانێیەکـە لەنێـوان دووانـدا، کـە هەریەکەیـان دەیەوێت لـە هەمـوو شـتێکدا ببێتـە سـەنتەری جیهانـی ئـەوی تریـان، ژنـی کەلـووی شـێر بـڕوای وایـە، کـە دەبـێ هەمـوو شـتەکان بـە دەسـتی ئـەو بێـت و پیـاوی کەلـووی کاوڕیـش دەیەوێـت هەمـوو شـتێک ئـەو بەڕێـوەی ببـات تەنانـەت سێکسـیش. لەسـەرەتاوە لەلایـەن کەسـی بەهێزیانـەوە ململانێکـە دەسـت پێدەکات، تاکـە چارەیش بۆ ئەوەی ئـەم دووانـە پێکـەوە بمێنن، گۆڕینی ڕۆڵەکانـە، واتـە جارێـک پرسـەکان بەدەسـتی یەکێکیـان و جارێکـی تـر بـە دەسـتی ئـەوی تریانـەوە بێت. ژنـی کەلـووی شـێر هـەر وا سـووک و ئاسـان ئامـادە نییـە خـودی خـۆی ڕەت بکاتـەوە و بوونـی خـۆی بسـووتێنێت لەپێنـاوی ئـەوەدا پیـاوی کەلـووی کاوڕ دەسـەڵاتدار بێـت. دەتوانرێـت ژنـی کەلـووی شـێر بـەوە قاییـل بکرێـت، کـە ئـەو دەسـەڵاتدارە و شـتەکان بەدەسـتی ئەوەوەیـە تەنانـەت گـەر ژێربەژێریـش بێـت، واتـە ڕۆڵـی بەنهێنـی ڕێکخـەری ژیانـی ئـەو بگێڕێـت و بـەو جـۆرە پەیوەندیـی گەرمـی پـڕ لـە پەرۆشـییان بـەردەوام بێت. ئـەو کێشـانەی دەشـێت پیاوی کەلـووی کاوڕ لـەم بـارەدا دروسـتیان بـکات لـە دەرەنجامـی هەسـتکردنیدا دەبێـت بـە لاوازی و کەمـی لـە ئاسـتی هێـز و دەسـەڵاتی ژنـی کەلـووی شـێردا. گرفتـی پیـاوی کەلـووی کاوڕ لەوەدایـە لـە ئیرەییبردنیـدا بـە ژنـی کەلووی شێر ڕەنگە بە قسـە برینداری بکات و لـە دەسـەڵاتی کـەم

بکاتـەوە، یـان ڕەنگـە زیـرەک بێـت و بـۆ بردنـەوەی هەڵوێـستەکە بکەوێتـە وەسـفکردن و پیاهەڵدانـی، هـەر وەک دەشـێت لەبـەردەم خەڵکیشدا شکۆی بشکێنێت، بەڵام دواتر بەشێوەیەکی ڕۆمانسییانە داوای لێبووردنی لێ دەکات. بۆ نموونـە لـە کاتـی پێکەوەبوونێکی ڕۆمانسییانەدا، لـە هەردووکیانـدا وزە و منالّییـەک هەیـە، کـە بێبێزاری و ماندووبـوون لـە خۆشـی و چالاکیدا دەبن، بـەڵام لای ژنـی کەلـووی شێر ساتەوەختانێک هەیە تیایاندا پێویستی بە سۆز و خۆشەویستی هەیـە نـەوەک سێکس، پیـاوی کەلـووی کاوڕیش ناتوانێت وەک پێویستی ئەو خواستەی تێر بکات. هـەردوو لایـان حەزیـان لـە ژیانـی کۆمەڵایەتیـی پڕجموجووڵـە و هـاوکات نەخشـە و پلاندانانـی زۆر بـۆ سـبەی بەبـاش نازانـن، ڕەنگـە بوونیـان لـە کەشـوهەوای هاتـن و چـوون و سـەرچڵیدا پەیوەندییەکەیشـیان بـۆ ماوەیەکـی زیاتـر بـەردەوام بـکات.

تا چەندە پیاوی کەلووی کاوڕ بۆ ژنی کەلووی گا گونجاوە؟

زۆرینـەی ژنانـی کەلـووی گا بەئاسـانی ناجووڵێنرێـن، بـەڵام پیـاوی کەلـووی کاوڕ دەتوانـن بیانورووژێنـن و فریویـان بـدەن و سەرسـەختییان نەهێڵـن. پیـاوی کەلـووی کاوڕ بێدەربەسـتی و گۆشـەگیریی ژنـی کەلووی گا ی بەدڵـە و ئـەوە بە کەمەندکێشکردن دەزانێت، چوونکـە ئاگای لەلایەنی وروورژێنەر و ڕەمەکیی کەسێتی نییە و بە خاڵی وروورژاندن و بزۆزی دادەنێت بۆ نزیکبوونـەوە لێـی. بـەلای ژنـی کەلـووی گاوە سـێکس ڕەمەکێکـی بنچینەیـی و چێـژە، چوونکـە بەڕاسـتگۆیی و لەپێنـاوی خۆیـدا دەیـکات، بـەڵام خۆشەویستی بەلایـەوە شـتێکی تـر و تـا ڕادەیەکیش تەمومژاویترە، بەپێچەوانـەی پیـاوی کەلـووی کاوڕەوە، کـە گەرموگـوڕە بـۆی، ڕەنگـە ئەنگێـزەی خودیـی پیـاوی کەلـووی کاوڕ ئاگاییـی ژنـی کەلـووی گا ڕابکێشـێت، بـەڵام لـە ئاوڕلێدانەوەیـەک تێناپەڕێـت،

ئەمجۆرە پیاوانە نموونەی هاوسەری باش نین، کە دەیانەوێت باشیی خۆیان بۆ هاوسەرەکەیان بسەلمێنن، ژنی کەلووی گا پیاوی باشی بەخشندە و ژیانی هێمن و ئارامی ماددیی دەوێت. واقیعی پیاوی کەلووی کاوڕ سەرچڵییە ئیتر جۆری سەرچڵییەکە بە پارە و دارایی بێت یان بە دڵی بێت، پیاوێکە دەیەوێت بەخت و دەرفەتەکانی تاقی بکاتەوە، کەسێکی هەڵپەکەرە. ژنی کەلووی گا خواستی لە ژیانێکی هاوسەری و ماڵداریی سادەیە و دەیەوێت لە ئایندەی دڵنیا بێت و پیاوی کەلووی کاوڕ ئەم خواستەی نییە و ناشتوانێت خۆ بۆ بەئارامی و پلەبەپلە بوونیادنان ڕابگرێت. پیاوی کەلووی کاوڕ ناتوانێت ببێتە خاوەنی ژنی کەلووی گا ئەگەر ڕادەیەک دڵنیایی بۆ دابین نەکات، ئەمەیش بۆ پیاوێکی بەنازی بەهەڵپەی وەک پیاوی کەلووی کاوڕ زەحمەتە.

پیاوی کەلووی کاوڕ چەندە بۆ ژنی کەلووی نەهەنگ گونجاوە؟

سرووشت و خەسڵەتەکانی کەسێتی ئامانجی ئەم جۆرە پیاو و ژنە دژ بە یەکن.. لۆژیکی بەراوردکار دەڵێت ئەم دووانە نابێ یەک بگرن، بەڵام لەگەڵ نەبوونی تەباییشدا دەتوانن پەیوەندییەکی گەورەی تێرکردنی سێکسی پێک بهێنن. ژنی کەلووی نەهەنگ هاوکات دەتوانێت پیاوی گەشبینی کەلووی کاوڕ بکاتە کەسێکی زۆر خەمناک.

ژنی کەلووی کاوڕ نەرم و ناسکە و زۆر بەئارامی و لەسەرخۆیی شتەکان وەر دەگرێت بۆیە خێرایی و پەلەکاریی پیاوی کەلووی کاوڕ بێزاری دەکات. هەروەها من – أنا ی کەلووی کاوڕ پێویستی بە پیاهەڵدانی تەواو هەیە و ژنی کەلووی نەهەنگ ئەم کارەی پێ ناکرێت بۆیە پیاوی کەلووی کاوڕ دەیەوێت لەدەرەوەی سیستمی هاوسەرگیریدا بۆ تێرکەرێکی ئەو خواستەی بگەڕێت. ئەگەر

پیاوی کەلـووی کاوڕ کەوتـە بێـزاری ئیتـر ڕۆحـی کەنارگیـری دەسـت پـێ دەکات و ژنـی کەلـووی نەهەنـگ بەتەنیـا جێدەهێڵێـت و وردە وردە لێـی جیادەبێتـەوە. پێدەچێت ژنـی کەلـووی نەهەنـگ یارمەتـی هەرکەسێک بدات کێشـە و گرفتـی هەبێت، بـەڵام کێشـە و گرفتـی پیـاوی کەلـووی کاوڕ پشـتگوێ دەخـات و ئەمەیش دەبێتـە هـۆی توورەکردنـی.

ژنـی کەلـووی نەهەنـگ ماسـییەکە و ڕەنگـە وەک سـزایەک لەپای ئـەو پشتگوێخسـتنەی پیـاوی کەلـووی کاوڕ سـارد بێتـەوە، دیـارە ژێـری دەب

ێت ئەگـەر لەپێناوی نوێکردنەوەی خۆشەویسـتی و هۆگربووندا ژنـی کەلـووی نەهەنـگ جارناجارێک ئیرەیـی پیـاوی کەلـووی کاوڕ بوروروژێنێت.

پیـاوی کەلـووی کاوڕ چەنـدە لەگـەڵ ژنـی کەلـووی قرژاڵـدا دەگونجێـت؟

ژنـی دڵ پـڕ لـە خـەون و هیـوای کەلـووی قـرژاڵ، کـە بـۆ مانـگ دەڕوانێت پیاوی کەلووی کاوڕ بە کەسـێتیی سـەربەخۆ و خواسـت و ئاواتەکانـی و بەشـێوەی سـەرنجڕاکێشـییەوە کەمەندکێشـی دەکات، بـەڵام ئـاو و ئاگـر بەباشـی تێکـەڵ بـە یـەک نابـن، بەڵکوو تێکەڵبوونیـان واتـە خراپـی و مـردن. سروشـتی ئاگرینـی کەلـووی کاوڕ بـە وشـکی و زبـری مامەڵـە لەگەڵ ئـاوی قرژاڵدا دەکات. پیاوی کەلـووی کاوڕ ڕەنگـە وەک کەسـێکی سـەرنجڕاکێش بڕوانێتـە ژنـی کەلـووی قـرژاڵ بەتایبەتـی لـە ڕووی شـێوەیەوە. لەسـەرەتادا نـاخ و دەروونـی بـەلاوە گرنـگ نییـە و دەربەسـتی پێویسـتی بـە پەیوەندیـی گەرموگـوڕی لەگـەڵ پیاوێکـدا نابێـت، کـە بیپارێزێـت و کۆنتڕۆڵـی بـکات. ڕەنگـە پیـاوی کەلـووی کاوڕ کۆنتڕۆڵـی بـۆ دابیـن بـکات، بـەڵام هەرگیـز سـەرپەرشـتی و پارێزگاری نـاکات مەگـەر لـە دۆخـی

سەرچڵییدا بێت، کە ئەوە یەکێک لە خواست و ئەنگێزە و ملهوڕییە تایبەتەکانی بێت و لەو کاتەدا دەبێتە نموونەی پاراستنێکی کاتی، بەڵام ئەو پاراستنی بەردەوامی ماددیی دەوێت، کە بە خراپترین نموونەی پاراستنی ماددی دادەنرێت، ژنی کەلووی قرژاڵ کەسێکی تەنیایە و هەمیشە لە جووڵەدایە و ڕقی لە دڵدانەوەی تەنیاییەکەی دەبێتەوە. ڕەنگە پیاوی کەلووی کاوڕ لەسەرەتادا وەڵامدانەوەی بۆ ناڕوونییەکەی هەبێت، بەڵام خواستی دەسەڵاتداری لە کەسێتییدا ڕەنگە وا بکات پیاوی کەلووی کاوڕ بەزوویی لە دەستی هەڵبێت. لەنێوانیاندا جەنگێک بەرپا دەبێت، جەنگی هەستیاریی ئەم و شکۆمەندیی ئەو، ئەمەیش وا دەکات لێی بێزار بێت. ئەگەر ژنی کەلووی قرژاڵ نیگەران بێت بۆ هەر فلسێک پیاوی کەلووی کاوڕ خەرجی دەکات ئەمە وا دەکات پیاوەکە لێی دوور بکەوێتەوە، هەندێ لە دەستپێشخەریەکانی ژن بەدڵی پیاوەکە دەبێت، بەڵام ژنەکە لەدەستی هەڵپەکاری و هەوەسی توند و خێرای ئەو ماندوو دەبێت، ژنی کەلووی قرژاڵ لەگەڵ پیاوی کەلووی کاوڕدا هەستی بریندار دەبێت و لە ئاکامیشدا بە خۆیدا دادەخرێت و ئەگەر بەو جۆرەیش مایەوە پیاوەکە لەدەست دەدات. بۆیە ئەگەر بیەوێت لەدەستی نەدات و پارێزگاریی لێ بکات دەبێ لەگەمەی ورووژاندنی بەردەوام بێت.

پیاوی کەلووی کاوڕ تا چ ڕادەیەک بۆ ژنی کەلووی دووانەگونجاوە؟

ئەم دووانە ناتوانن خۆیان لەبەر کەمەندکێشکردنی یەکتریدا ڕابگرن. کچی کەلووی دووانە لە ژیانیدا بەزۆری لەدەرەوەی ماڵدایە و چالاکە بۆیە لەماوەیەک لە کاتەکانی ژیانیدا بە پیاوی کەلووی کاوڕ دەگات، ئەو بینینە بەخێرایی دەبێت، هەرچەند بڕیاریش بدەن لە پەیوەندییەکی درێژخایەندا بمێننەوە و کچی

کەلـووی دووانـە بتوانێت بـە کار و ژیانـەوە هـزر و بیـری خـۆی چـالاک بکاتـەوە، بـەڵام پیـاوی کەلـووی کاوڕ بەگەرمـی دەکەوێتـە خۆشەویسـتییەوە و ڕەنگـە ڕاڤەیەکیـش بـۆ ئـەو شـەیدابوونەی نەدۆزێتـەوە. هەردووکیـان لەژێـر کاریگەریـی ئاگـر و هـەوادا دەبـن و ئەمەیـش واتـا گـڕ و کڵپـە و وروژان لەنێوانیانـدا زۆر گـەرم و بەهێز دەبێت، خەڵکی تریش ئاگایان لە خۆشەویستی و حـەزی سێکسییان دەبێت. لـە هەندێ باردا ژنـی کەلـووی دووانـە لـە سروشـتی ئاسـایی خۆیـدا نابێـت، بەڵکـوو میزاجـی دەبێـت و ئەمەیـش سروشـتی ئـەم کەلووەیـە، کـە دەبێتـە هـۆی نیگەرانیـی پیاوی کەلووی کاوڕ، میزاجییەکەیشـی لـە بـواری سێکسـیدا زیاتـر دەر دەکەوێت، ژنـی ئـەم کەلـووە ڕقـی لـە کاروبـاری نـاو ماڵـە و بەهـۆی هزروبیرییەکانـی مێشـکیەوە هەڵپەکارە و بـەو هۆیەشـەوە زۆر جـار ماڵەکـەی بەپیسـی دەمێنێتـەوە و خـۆی بـە یارییەکـەوە خەریـک دەکات. پیـاوی کەلـووی کاوڕیـش گـوێ بـەو حاڵەتـەی نـادات ئەگـەر ئـەو بتوانێـت مێشـکی سـەرقاڵ بـکات. ئـەم دووانـە ئەگەر لەبـاری خۆشـەویسـتیدا بـن، دەچنـە هـەر شـوێنێک بەلایانـەوە ڕۆمانسـی و خـۆش بێت، بـەڵام پیاوی کەلووی کاوڕ غیـرەی هەیـە و ژنـی کەلـووی دووانەیـش حـەزی لـە وەسـفکردنی و پیاهەڵـدان هەیە و دەیەوێت هەمیشـە سـەرنجی بدرێتـێ، بۆیـە هەوڵیـش دەدات بـە ڕەخسـاندنی دەرفەتـی سـەرنجدانی غیـرەی پیـاوی کەلـووەی کاوڕ بورووژێنێت.پیـاوی کەلـووی کاوڕ هـەر کات پەیوەندیـی لەگـەڵ ژنـی کەلـووی دووانـەدا کۆتایـی پـێ هێنـا، ئیتـر گەڕانـەوەی پەیوەندییەکـە ئەسـتەمە.

پیاوی کەلووی کاوڕ و ژنی کەلووی کاوڕ چۆنن بۆ یەک؟

پەیوەندیی ئەم دووانە، لە یەکەمین ژوانەوە، وەک چیرۆکی خۆشەویستییە خەیاڵییەکان دەست پێ دەکات و ڕادەیەکیش

ڕکابەریی بە تاموچێژیان لە نێواندایە، چوونکە هەریەکەیان دەیەوێت بۆ ئەوی تریانی بسەلمێنێت، کە دەتوانێت پەیوەندییە سۆزدارییەکە بکاتە ئاگری خۆشەویستی و ئاگری حەز و ئارەزووی جەستە. هەردووکیان غیرەی زۆر لەیەکتری دەکەن، بەڵام کە ڕۆحی ڕکابەرییان لەنێوانیاندا بەردەوامە وا دەکات هەریەکەیان وا بزانن ئەوی تریان غیرەی زیاترە. ژنی کەلووی کاوڕ دەیەوێت لە پەیوەندییدا وا بکات پیاوی کەلووی کاوڕ بەسەربەخۆی بزانێت و وەک ئەویش خۆپەرستە. ڕەنگە پیاوەکە کەمێک چاوپۆشی لێ بکات، بەڵام ئەگەر هەستی کرد لە سنوور تێپەڕیوە ئەوکات ڕەنگە لێی دوور بکەوێتەوە یان لە ورەی کەم بکاتەوە، بەڵام ئەگەر هەستی بە رادەیەک لاوازی کرد بێگومان لەو سەربەخۆیی و خۆپەرستییەی دەبوورێت، خۆشەویستی ئەم دوو کەلووە ڕەنگە ببێتە نموونەیەکی ڕۆمانسیی زۆر جوان، ئەگەر بتوانن واز لەوە بهێنن هەریەکە و خۆی بەباشتر و ڕاستتر بزانێت. ژنی کەلووی کاوڕ خۆی بە پێشەوای سەرەکی دەزانێت و دەیەوێت خۆی کاروبارەکانی ژیانی بەڕێوە ببات و پیاویش بە هەمان شێوەیە بۆیە بەردەوامیی ڕکابەرییان پەیوەندییەکەیان تێک دەدات، بەڵام کەمێک ژیری و سازشکردن پەیوەندییەکەیان باشتر و بۆ هەمیشەیی بەردەوام دەکات. پەیوەندیی ژنی کەلووی کاوڕ بە پیاوی هاوکەلوویەوە بە سەرەتا و دەستپێکی جوان و باشی پەیوەندییان لە کەلووەکانی تر جیا دەکرێتەوە. پەرۆشییەکی سۆزداریی ڕەمەکیی خێرای تێدایە لەسەرەتاوە، کە ئەفسوونێکی ڕۆمانسی بە پەیوەندییەکە دەبەخشێت. هەردووکیان حەزیان لە وەسفکردن و پیاهەڵدانە، بۆیە ئەگەر توانییان بەباشی وەسفی یەکتری بکەن پەیوەندییەکەیان باشتر دەبێت. ئەم دووانە تەنها پێویستییان بەوەیە کەمتر خۆپەرست بن، تا پەیوەندییەکەیان سەرکەوتوو بێت و لەبریی سەربەخۆییان هەردووکیان پێکەوە بن.

پیاوی کەلـووی کاوڕ چەنـدە بـۆ ژنـی کەلـووی پاکیـزە گونجـاوە؟

ژنی کەلووی پاکیزە کەماڵی دەوێت، واتا تەواوکاری لە کار و کرداری سادە و ساکاردا، چوونکە هیچ لووتبەرزییەکی نییە. پیاوی کەلووی کاوڕ ڕەنگە بە جۆرێک زیرەکی و هەوڵدانی بۆ نوێخوازی وا لە ژنی کەلووی پاکیزە بکات ئەو بە قارەمانی ویستراوی خۆی بزانێت. ئەو سەرنجی پیاوەکە ڕادەکێشێت و پیاوەکەیش بە مێیەنەیی ئەم سەرسام و کەمەندکێش دەبێت و پێیشی وا دەبێت، کە ژنێکی لەو جۆرەیە لە ژیانی ساردوسڕی ڕزگاری دەکات و ژنەکەیش ئەو بە ئافەریدەکراوێکی جوان دەبینێت ئەم سەرنجدان و کەمەندکێشبوونەی ڕەنگدانەوەی سادەیی ژنی کەلووی پاکیزەیە لە هەندێ باردا. پیاوەکە لۆژیکی ساردوسڕ و بەهێزیی وەک ژنێک و ئەنگێزەی ڕەمەکی زۆر باشی خۆکردانەی ئەوی بەدڵ نییە بەڵام سەرنجڕاکێشانێکی کاتییە، مەگەر ژنەکە ڕادەیەک لە مەسەلە لۆژیکی و عەقڵییە ماددییەکان کەم بکاتەوە. ژنی کەلووی پاکیزە گرفتی چەقبەستن و کەمێک سەرسەختی هەیە. ئەگەر هەیە گەمەکەیان پێکەوە ببێتە هۆی لەدەستدانی پیاوی کەلووی کاوڕ، کە ئەو نەرمونیانی و سۆزی دەوێت. گرفتی ژنی کەلووی پاکیزە لەوەدایە، کە دەیەوێت ژیانی ئەو پیاوە ڕێک بخات، کە لەگەڵیدایە، بەڵام پیاوی کەلووی کاوڕ ئەو ڕێکخستن و وادە وردەکار و پلانانەی بۆ ئاییندە بەدڵ نییە. کەواتە گرفتی سەرەکییان ئەوەیە ژنی ئەم کەلووە ڕەخنەگرە و پیاوێکی مناڵانەی ناوێت. گرفتی پیاوی کەلووی کاوڕیش ئەوەیە ڕەفتاری مناڵانەی هەیە و ڕەخنەی زۆری لێ دەگرێت و ڕەنگە لە دەستیشی هەڵبێت. ئەم دووانە ئەگەر لەسەر سروشتی ئاسایی خۆیان بن بەم جۆرە دەبن:

پیاوەکە خۆشی دەوێت، سەرچڵە،ڕادەیەک ناڕێکی و سەرچڵی

خۆکردەیی تێ دایە، ژنەکەیش ڕێک و سیستماتیکە. نیگەرانە و بایەخ بە دڵپاکی و بێگەردی و کەماڵ دەدات، بنچینە لای ئەم لە سۆز گرنگترە، بڕوای بە بنچینەکانی پەیوەندیی بەهێز هەیە و ڕۆمانسییەت بەلایەوە زیادە و لاوەکییە. پیاوەکە پیاوی جووڵە و چالاکییە و ژنەکەیش ژنی هەڵوێست و قسەکردنە. گرفتی ژنی کەلووی پاکیزە لەوەدایە، کە لە زۆر باردا بڕوای وایە پیاوی کەلووی کاوڕ گەمژەیە و بیر ناکاتەوە و هەڵەشەیە، ئەم بۆچوونەیش بەسە بۆ ئەوەی ناتەبا بن.

پیاوی کەلووی کاوڕ چەندە لەگەڵ ژنی کەلووی تەرازوودا دەگونجێت؟

پیاوی کەلووی کاوڕ خەون و هیوای زۆرە و دەیەوێت بەدییان بێنێت بۆیە جووڵەی زۆرە، ژنی کەلووی تەرازوو سەرنجێکی دەداتێ بەوەی دەتوانێت خەون و هیواکانی بۆ بەدی بێنێت. نزیکبوونەوەیان لەیەکتری دەگەڕێتەوە بۆ لەیەک نزیکیی خود دژەکانیان، چوونکە پیاوەکە ئاگری و ژنەکە هەواییە، ئەم لەیەک نزیکبوونەیش لەسەرەتادا بنچینەیەکی سێکسی و فیکری هەیە. پلەبەپلە خۆشەویستییان پێ دەگات، بەلام بەخێرایی سۆز و هەستیان پێک دەگات، ژنی کەلووی تەرازوو خواستی لە بڕیاردانی یەکلاکەرەوە نییە و ئەمەیش بە دڵی پیاوی کەلووی کاوڕە و تێری دەکات، کە ئەو بڕیاردانی دەوێت. بەلام سروشتی خێرا و بڕیارە بەپەلەکانی پیاوەکە ڕەنگە هەموو کات لەگەڵ ژنی کەلووی تەرازوودا نەگونجێت، پیاوەکە پێی وایە کە هەمیشە ئەو لەسەر هەقە و ڕاستە و ژنەکەیش پێی وا نییە ئەو هەمیشە ڕاست بێت، بەلام ژنێکە ناتوانێت بەئاسانی پیاوەکە قایل بکات بەوەی هەمیشە ئەو ڕاست و دادگەر نییە. لێ هاوکات دەیەوێت لە هەموو بارەکاندا هەست و قەناعەتەکانی بەهەند وەر بگرێت،

بەلام ئەم جیاوازییە بەسە بۆ ئەوەی پەیوەندییەکەیان تێک بدات. هەردووکیان پێکەوە دەتوانن ژیانیان پڕ بکەنەوە، چوونکە ژنەکە توانای کردنی ئیشوکارێکی هەیە پیاوەکە دەیەوێت بیکات، هیچ ڕێگرییەکیشی نییە لەوەدا چۆن و بۆ هەر کوێیەک بچێت دوای بکەوێت، چوونکە ژنەکە دەزانێت تێرکردنی سروشتی ئەو ڕێز و خۆشەویستی بەدی دێنێت و وەک ژنێکیش هەر ئەوەی دەوێت.

ژنی کەلووی تەرازوو زۆر بەدڵنیاییەوە دەزانێت پیاوی کەلووی کاوڕ پێویستی بە پشتگیریکردنی متمانەی و لێگەڕانی هەیە، تا چیی بوێت بیکات، دیارە ژنی کەلووی تەرازوویش لە زۆر باردا ئەو خواستەی بۆ بەدی دێنێت و بەوەیش لایەنگیری بەدەست دێنێت، یان بەلای خۆیدا ڕای دەکێشێت.

پیاوی کەلووی کاوڕ، تا چەندە لەگەڵ ژنی کەلووی دووپشکدا دەگونجێت؟

ئاڵۆزی و تەمومژاویی ژنی دووپشک سەرنجی هەموو پیاوێک ڕادەکێشێت. پیاوی کەلووی کاوڕیش بە هیوای وەلامدانەوە و سەرنجڕاکێشانی گەمەیەکی لەگەڵدا دەکات. ئەم پیاوە وەک ئافەریدەکراوێکی ورووژێنەری غەریزەیی و فیکری دەڕوانێتە ژنی کەلووی دووپشک، ژنی کەلووی دووپشک بەرگریی نەکەوتنە نێو خۆشەویستیی پیاوی کەلووی کاوڕی پێ ناکرێت و بگرە بە خۆشەویستیی ژیانی خۆی دادەنێت. پیاوەکەیش بە خواستی تاکلایەنەیی (من- أنا)ی پڕەوە پێی وایە دەتوانێت ئەو خۆشەویستییەی تێر بکات، بەلام ئەوەی ڕوو دەدات ئەوەیە هەر کە ژنەکە ئەو تاکلایەنییە سۆزدارییەی دەبینێت، ئیدی پیاوێکی فشەڵ و درۆیەکی بۆ دەر دەکەوێت و ململانێ دەکەوێتە نێوانیان، ژنەکە دەزانێت پیاوەکە خۆپەرستە لەگەڵ ئەوەیشدا ناتوانێت هەر وا بەئاسانی دەستبەرداری بێت و لە ژیانیدا نەمێنێت، ژنی

کەلـووی دووپشـک دەتوانێـت لەپێنـاوی ڕاکێشـانی ئـەو بـەلای خۆیـدا قوربانـی گـەورە بـدات و ڕۆڵـی قوربانیـدەر بگێڕێـت، بـەلام ئەو بەترسـەوە لـە خۆی و لـەو ڕۆڵەیشـی دەسـت پێ دەکات نەبادا بۆ هەمیشـەیی دەسـتی بەسـەردا بگرێت، لەنێوانیاندا پەیوەندیەکی ڕەمەکیی تێرکەر هەیـە، بـەلام ئـەو پەیوەندییـە بـەس نییـە. چوونکـە پیاوەکـە هـەرکات دەرفەتـی بـۆ بڕەخسـێت لەدەسـتی هەڵدێـت، ئەویش ئەگـەر بـەم خواسـتەی بزانێـت هەوڵـی ئـەوە دەدات چۆنـی بـۆ بکرێـت تێکـی بشـکێنێت.

پیاوی کەلووی کاوڕ چەندە بۆ ژنی کەلووی کەوانە شیاوە؟

پەیوەنـدی و هاوبەندیـی نێـوان پیـاوی کەلـووی کاوڕ و ژنـی کەلـووی کەوانـە بـە پەیوەندیـی شـێتانە نـاو بـراوە. لـە زۆرینـەی بارەکانـدا هەردووکیـان، تـا ڕادەیەکـی زۆر بـە ئیشـوکاریانەوە، یـان بـەو کارانـەوە بەسـتراونەتەوە کـە بەدڵیانـە. ئەگـەر لـە شـوێنی ئیشـەکەشیاندا بەیەکتـر بگـەن بێگومـان بـۆ ئـەو پەرۆشـییەیان بـۆ ئیشـوکاریان ڕێـز و نـەوازش و سـەرنجیان بـۆ یەکتـری دەبێـت. ژنـی کەلـووی کەوانـە کەللـە ڕەقـە بـەلام هـاوکات پـڕە لـە وزە و توانـای خۆشـەویستی و بڕیـاری حـەز و ئیشـتیها. بۆیـە سروشـتی تایبـەت بـە پیـاوی کەلـووی کاوڕ، تـا ڕادەیەکـی دیاریکـراو گونجـاوە بـۆی، لایکەمـی لـەوەدا، کـە پیاوەکـە لـە خواسـت و بیرکردنـەوەی تێدەگات. هەردووکیـان دەتوانـن هەمـوو کەسـێکیان خـۆش بوێـت. ژنـی کەلـووی کەوانـە تەنهـا هاوڕێیەتیـی خەڵکـی مەبەسـتە، بـەلام پیـاوی کەلـووی کاوڕ حـەزی لـە جۆرەهـا سـۆزدارییە و ئەوەیـش کێشـەی پەیوەندییـان بـۆ دروسـت دەکات و هەردووکیـان لـە ڕووی زەینـی و جەسـتەییەوە مانـدوو دەبـن. ژنەکـە دەیەوێـت هەمیشـە هەسـت بـە بوونـی خۆشـەویستی و حـەز و خواسـت بـکات و پیاوەکەیـش دەتوانێـت تـا ڕادەیـەک ئـەو خواسـتەی بـۆ دابیـن

بکات، بەڵام گرفتەکەی قورستتر دەکات. ژنی کەلووی کەوانە خۆشەویستییەکی خەیاڵیی درێژخایەنی دەوێت و پیاوی کەلووی کاوڕیش کەسێکی کاتی و بەخشندەیە بەڵام بە بەردەوامی نا. لەبیر کردنەوەی ئابووریی ژنی کەلووی کەوانەدا ناتەبایی و دژایەتییەکی توند نییە و دەتوانێت "من- أنا" ی گەرموگوڕی ئەو بلاوێنێتەوە، بەڵام بێتوانایی ئەو لە تێرکردنی بە ڕۆحێکی رۆمانسیی خەیاڵیی درێژخایەن و تێکشکاندنی وێنەی، سۆزە نەمرەکانی ڕەنگە ببێتە کوژاندنەوەی خۆشەویستییەکەی نێوانیان. ژنی کەلووی کەوانە دەزانێت ئەو پەیوەندییەی هەڵبژاردنێکی باش نەبووە و دەشبزانێت ئەو پیاوە خۆشەویستی ڕاستەقینەی ژیانی نەبووە.

پیاوی کەلووی گا بۆ ژنی کەلووی کاوڕ چەندە شیاوە؟

دوو کەسی پێچەوانە و دژبەیەکن. پەیوەندییەکەیان ئاسان نییە. بەتایبەتی بە لایەنی سێکسییەوە. ژنەکە ڕادەیەکی زۆر ڕۆمانسییەتی دەوێت، تا دەگەن بە سێکس، بەڵام پیاوەکە ڕاستەوخۆ سێکسی دەوێت و پێی وایە بە گەمەی سۆز و عەقڵ ماندوو و شەکەتی دەکات، ژنی کەلووی کاوڕ زۆر گوزارشت لە خۆی دەکات. پیاوی کەلووی گا لە زۆرینەی بارەکاندا بێدەنگە و ئەمەیش کێشەیە. ژنەکە زۆر قەڵسە بەوەی پیاوەکە هەمیشە خۆی بە ڕاست دەزانێت، هەردوو لایشیان لە کێشە و گرفتی خێراییدا ڕووبەڕووی یەک دەبنەوە. ژنەکە دەیەوێت هەموو شتێک بەخێرایی تەواو بێت و پیاوەکەیش بە کاوەخۆ کارەکان دەکات، ژنی کەلووی کاوڕ زۆر جار لە مامەڵە مادییەکاندا باش نییە، پارە لە دەستیدا نامێنێت و پیاوی کەلووی گایش دەیەوێت مەسرەف "خەرج" لای خۆی بێت و ئەمەیش دەبێتە کێشە. لە پەیوەندییەکەیاندا هیوایەک هەیە، بەڵام هیوایەکی کزە.

پیـاوی کەلـووی گا چەنـدە لەگـەڵ ژنـی کەلـووی نەهەنگـدا دەگونجێـت؟

لەنێوان ئەم دوو کەسـە دژ و پێچەوانـەی یەکـەدا لەیەکنزیکبوونـە و سەرنجڕاکێشـانێکی ڕەمەکی هەیـە. ژنی کەلووی نەهەنـگ ئامادەیـە لـە خـواردن و جلوبـەرگ شـتندا پیـاوی کەلـووی گا خۆشـحاڵ و بەختـەوەر بـکات، بـەڵام لـە ئاسـتی فیکریـدا جیاوازیـی ئاسـمان و ڕیسمانیان هەیە. ژنەکە لە خەونوخەیاڵدا دەژی و پیاوەکەیش زۆر واقیعییـە و ئـەوەی پێویسـتی پێیەتـی تەنهـا هێـزە ڕواڵەتییەکەیەتـی و لاوازیـی ژنەکـەی بەدڵـە و پیاوەتـی دەجووڵێنێـت، ڕەنگـە ئـەو دەسـەڵاتەی ژنەکـە تووڕە و سـەرکەش بـکات، پیـاوی کەلـووی گا بـۆ ئـەوە پێویسـتییەکانی ژنـی کەلـووی نەهەنگـی قبوڵـە، تـا کەمێـک لـە دەسـتی هەڵبێـت، لەگـەڵ ئەوەیشـدا ڕەخنەکانـی لـە وشـکی و خۆپەرسـتی قبوڵـە و ئەگـەر ئـەو بیەوێـت ئـەم ڕادەیـەک سـۆزی پـێ دەدات، چوونکـە بـەلاوازی و شـێوازی فریودەرانـە و فێڵـی منالانـە داوای ئـەو سـۆزە دەکات. ژنـی کەلـووی نەهەنگ دەتوانێت قەناعـەت بـە پیـاوی کەلـووی گا بهێنێـت، کـە هەسـت و سـۆزی ئـەو گرنگـە و جێـی بایەخـە. ڕەنگـە لـە هەنـدێ ساتەوەختیشـدا بتوانێت قەناعەتـی پـێ بێنێـت، کـە دنیـا تەنهـا خـواردن و سـێکس نییـە.

پیـاوی کەلـووی گا چەنـدە لەگـەڵ ژنـی کەلـووی سـەتڵدا دەگونجێـت؟

ژنـی کەلـووی سـەتڵ ئـەو ڕەمەکـە سێکسـییەی ناوێـت، کـە پیـاوی کەلـووی گا دەیەوێـت پێشـکەشـی بـکات بەڵکـوو ئـەو پیاوێکـی ژیـری دەوێـت، چوونکـە ژنێکـی تەنانـەت لەبیـر کردنەوەیشـدا ئەبسـتراکتە و لـە خۆشـەویسـتی و ئەشـق و سـێکس و دیالـۆگ و

پێچوپەناکردنیشدا دەیەوێت لۆژیکی بێت و پیاوی کەلووی گایش کەسێکی ڕاستەوخۆیە. ژنی کەلووی سەتڵ دەیەوێت لەگەڵیدا دەست بەکار بێت، بەڵام ئەوەی لە کەم بەدڵبوونە. ئەوەی بەدڵ نییە کە پیاوی کەلووی گا تەمبەڵە و دەیەوێت هەرچی کاروبار هەیە بەتەنیا خۆی بیکات و بەو هۆیەوە لە بۆڵە و خورتەدایە، ئەمیش ژنێکی ئازادە و دەیەوێت چیی دەوێت بیکات، بەڵام ئەو تەنگی پێ هەڵدەچنێت چوونکە لە ڕەفتار و ئاکارەکانیدا کەمێک تەقلیدییە. لەنێوان پیاوی کەلووی گا، کە دەیەوێت خاوەنی دەسەڵات بێت و ژنی کەلووی سەتڵ کە دەیەوێت کەسێکی ئازاد بێت ڕکابەری و ململانێیەکی ڕوون و بەهێز تێبینی دەکرێت، بۆیە پەیوەندیی ئەم دووانە گەرموگوڕیی تێدا نامێنێت و دواجار بە جۆرێک لە جۆرەکان کۆتایی دێت.

پیاوی کەلووی گا تا چ ڕادەیەک لەگەڵ ژنی کەلووی گیسکدا گونجاوە؟

ژنی کەلووی گیسک، کە هەمیشە خواستی خۆی هەیە. لە سۆراخی پیاوێکدا دەبێت بەرەو لووتکەی ببات لایکەمی لووتکەی سۆزداری، بۆیە ئەو چەسپاوی و متمانە و ژیرییەی لە پیاوی کەلووی گادا هەیە، ڕەنگە هەستێکی بداتێ ئەوەی ئەو خواستەی بۆ بەدی دێنێت ئەو پیاوەیە، پیاوەکەیش وەک ژنێک، وەک مێینەییەکی ژیاندۆست لێی نزیک دەبێتەوە. ئەم پیاوە بەتەواوی هەڵپەی بۆ دەکات هەرچەندە پەیوەندییەکەشیان نەگەیشتبێتە ئاستی پێگەیشتن، خاڵی جیاوازییان سێکسە، کە بەلای پیاوی کەلووی گاوە چێژ و خۆشی و دڵنیاییە، بەڵام ئەو برێک لەو ورووژاندن و خۆشییەی دەوێت بۆ ژیان و خۆشەویستییش هاوشێوەی یەکترن. پیاوی کەلووی گا برێکی زۆر لە ڕەمەکەکانی بەکار دەهێنێت و بۆ وەر گرتن و بەخشین

لە پەیوەندییەکەیدا، تا ڕادەیەک دادگەرە. ژنی کەڵووی گیسک ئەگەری زیاتری لێ دەکرێت لایەنی ڕۆمانسی پەیوەندییەکەی کۆتایی پێ بێنێت و ببێتە تەنها بەشێک لە ژیانی پیاوی کەڵووی گا، کە ئەو بەو جۆرە نییە بۆ کۆتاییهێنان بە لایەنی ڕۆمانسیی پەیوەندییەکەیان. ژنەکە دەیەوێت لەگەڵ ئەودا ژیانی سۆزداری ڕێک بخات و ئەویش زۆر ڕێگری لێ ناکات. پیاوی ئەم کەڵووە عاتیفییە و ژنی ئەم کەڵووەیش هەرچەند عاتیفییە، بەڵام لە ناخیدا ساردوسڕییەکی زۆر هەیە، کە دوای ماوەیەک لە پەیوەندییەکەیان دەر دەکەوێت.

پیاوی کەڵووی گا تا ڕادەیەک لەگەڵ ژنی کەڵووی دووپشکدا دەگونجێت؟

ژنی کەڵووی دووپشک، تا ڕادەی زیادەڕەوی سۆزی دەوێت. پیاوی ئەم کەڵووەیش لە شێوە ئاساییەکەیدا سۆزی زۆر نادات، بەڵام لەگەڵ ژنی ئەم کەڵووەدا زۆر بەدڵفراوانی سۆزی دەداتێ. ژیان لەگەڵ ژنی کەڵووی دووپشکدا ئاسان نییە و پیاوی کەڵووی گایش بە هەمان شێوەیە بەتایبەتی، کە پیاوی ئەم کەڵووە بەپێچەوانەی ژنی کەڵووی دووپشکەوە بەجیددی ناڕوانێتە ژیان. پەیوەندیی ژنی ئەم کەڵووە بە پیاوی کەڵووی گاوە پەیوەندییەکە لەنێوان خۆشەویستی و ڕقدا و دواجاریش یان بە خۆشەویستییەکی زۆر یان بە ڕقێکی سەخت کۆتایی دێت. هیچیان ئەو ئازارەیان بیر ناچێتەوە، کە پێیان گەیشتووە، هەردووکیان کەللەڕەق و سوورن لەسەر ڕای خۆیان، خەوخۆشن و حەزناکەن کەس خەویان لێ تێک بدات. هەریەکەیشیان شانازی بەوەوە دەکەن، کە هەیانە و لە هەر پێکداچوونێکدا ڕەنگە ببنە دووژمنی یەک. بەشێوەیەکی گشتی هەردووکیشیان حەز و مەیلیان بەلای چێژ و خۆشیی ڕەمەکی و سێکسیدا هەیە،

ژنەکە حەزی لە ئاڵۆزی و تەمومژییە و پیاوەکەیش دەیەوێت شتەکان ئاسانتر بن. پیاوی ئەم کەلووە حەزی لە گاڵتەپێکردن و یاریکردنە و ژنی کەلووی دووپشکیش تەحەمول ناکات کەس گاڵتەی پێ بکات. پیاوی کەلووی گا خۆشەویستی بە پرسێکی ئاسایی دادەنێت لە ژیاندا، بەڵام ژنی کەلووی دووپشک پێی وایە ژیان بەبێ خۆشەویستی ژیان نییە. هەردووکیان پێکەوە هاوسێن، تا ئەوەندەی خۆیان لە سەرسەختی و پێکدان دوور بگرن.

پیاوی کەلووی گا و ژنی کەلووی تەرازوو چەندە گونجاون بۆ یەک؟

ژنی کەلووی تەرازوو ژنێکی ورووژێنەر و جێسەرنجە و دەتوانێت پیاوی کەلووی گا لە تەمبەڵی و تەوەزەلی بجووڵێنێت، وێڕای نەرمی و ناسکیی بەڵام ژنێکە هەموو شتێکی پێ دەکرێت و ئەگەر دەستی بەسەر پیاوی ئەم کەلووەدا بڕوات چۆنی بووێت وای دەجووڵێنێت. ڕادەیەک لە مەکری ژنانەی تێدایە و هەرچەندە ئەوە کە پیاوی کەلووی گا فریو دەدات، بەڵام وا دەکات ئەو هەست بەوە بکات، کە فریودەرە و لێرەیشەوە بە تواناکانی لایەنی ڕەمەکی دەتوانێت پیاوی ئەم کەلووە بورووژێنێت و بیخاتە ئۆخژنەوە. هەردووکیان دەتوانن لایەنی سۆزداری و سێکسیی یەکتری تێر بکەن. ژنی کەلووی تەرازوو هەر بە سروشتی خۆڕسکانەی دەتوانێت چیی بووێت دەستی بکەوێت، هەرچەند کەسێکی خەیاڵییش دەر بکەوێت، کێشە و گرفتیشی بەرەنگاربوونەوەی پیاوی کەلووی گایە، کە کەسێکی زۆر واقیعییە. پێکەوەبوونی جەستەییان باشە و ژنی ئەم کەلووە پیاوەتی و زبریی تێر دەکات و ئەویش مێینەیی و نەرم و ناسکیی قبوڵ دەکات. ڕەنگە هەردووکیان فەرمانبەرێکی جیددی

بن، بەڵام دواى دەوام دەتوانن ئیشەکەیان لەبیر خۆیان ببنەوە و بکەونە چێژی خواردن و سێکسەوە. ژنی ئەم کەلووە ئەوەی بەدڵ نییە، کە پیاوی کەلووی گا قسە ناکات هەتا ئەم هانی نەدات بۆ گفتوگۆکردن، بەڵام بە تێپەڕبوونی کات و لەپێناوی بەردەوامیدان بە ژیانیان بە زمانی چاو وا دەکات پیاوی کەلووی گا بزانێت ئەم چیی دەوێت.

پیاوی کەلووی گا تا چ ڕادەیەک لەگەڵ ژنی کەلووی پاکیزەدا دەگونجێن؟

پیاوی ئەم کەلووە لە ڕەگەزی خاکییە، کەسێکی ڕەمەکییە، ژنی کەلووی پاکیزەیش جەخت لە خۆشەویستی دەکاتەوە نەک ڕەمەک. کێشەی ئەم ژنە لەوەدایە دەکۆڵێتەوە، شیکاریە، پیاوی ئەم کەلووەیش بیکۆڵینەوە و شیکاری بەرەو هەستەکانی ئەو دەچێت و شیکارەکانی ئەوی تەنانەت بۆ سێکسیش بەدڵ نییە و بێزاری دەکات. پیاوی ئەم کەلووە ژنی کەلووی پاکیزە بە تێرکەر دانانێت مەگەر بێئەوەی ئەم بزانێت ئەو دەسەڵاتی هەبێت و ژیانی ئەم ڕێک بخات. خاڵێکی جیاوازیی گرنگ هەیە، کە پیاوی کەلووی گا، تا ڕادەیەک پەڕپووتە و دەربەستی پاکوخاوێنی نایەت لە کاتێکدا ژنی ئەم کەلووە زۆر پاک و سیستماتیکە، ڕەنگە نارێکی و پەڕپووتییەکەی ببێتە فاکتەرێکی باش بۆ ئەوەی ژنەکە بکەوێتە ڕێکخستن بەو شێوەیەی ئەو بەدڵێتی و ئەوەیش بەلای پیاوی ئەم کەلووەوە ببێتە چارەسەرێکی باشی ڕێکخستن و پاککردنەوەی ژیانی بەبێ ئەزیەتخواردنی. ژنی کەلووی پاکیزە ڕۆمانسییە و پیاوێکی خۆش دەوێت وەک کتوپڕییەک گوڵێکی بۆ بهێنێت و یادی لەدایکبوونی بێنێتەوە بیر و دیاریی پیشکەش بکات، بەڵام پیاوی کەلووی گا ئاگای لەم یادەوەرییانە نییە و بەوەیش ژنی ئەم کەلووە بێزار دەکات. ئەم دووانە لە

پەیوەندیی هاوسەرێتیدا باشن نەک لە پەیوەندیی خۆشەویستی و ڕۆمانسیی درێژخایەندا.

پیاوی کەلووی گا چەندە بۆ ژنی کەلووی شێرگونجاوە؟

ژنی کەلووی شێر ڕوونبێژ و بەئەمەکە، پێگەی خۆی بە پیاوی کەلووی گا دەڵێت و ئەویش پێی خۆش دەبێت و ڕێز لەو دڵسۆزییە بەڵگەنەویستەی دەگرێت، هەردووکیان درک بەوە دەکەن، کە دەیانەوێت خۆیان خاوەنی بڕیار و دەسەڵات بن و هەریەکە و دەیەوێت ئەو خواستەی بەهێز بکات، بۆیە ئەگەر ئەو حاڵەتەیان کۆنترۆڵ نەکەن دەبێتە هۆکاری هەڵگیرسانی جەنگێک لەنێوانیاندا، جەنگەکە لەنێو جێگەدا دەبێت، "تۆ خۆپەرستیت و تەنها بیر لە تێربوونی خۆت دەکەیتەوە". ژنی ئەم کەلووە دەیەوێت خۆی سەرۆک و باڵادەست بێت و هەموو شتێک بەڕێوە ببات و پیاوی ئەم کەلووەیش دوای ماوەیەک بێزار دەبێت. لە زۆر باردا پیاوی کەلووی گا لە ژنی کەلووی شێر خۆی بە ڕۆمانسییتر دادەنێت، کە ئەمیان چەندە سۆزی دەوێت هێندەیش جوولە. لێ پیاوەکە بەسۆزترە. پیاوی ئەم کەلووە تەنها زۆرانی جەستەیی دەوێت و شەڕی نێو جێگەی بەدڵە بەڵام بەشێوەیەکی هونەری. چوونکە خۆی پیاوێکی هونەرمەندە لەو کارەدا. ژنی کەلووی شێر دەتوانێت پیاوی کەلووی گا ڕام بکات و بەوەیش ڕازی بکات، هاوکات ئاگایی و وروژاندنی بەردەوامی دەوێت و پیاوی ئەم کەلووەیش دەتوانێت ئەوەی بۆ دابین بکات. ژنی کەلووی شێر دیالۆگ و گفتوگۆی ڕوون و دیاریکراوی دەوێت، کە لە توانای پیاوی ئەم کەلووەدا نییە. دەکرێت هەردووکیان پێکەوە باش بن ئەگەر پیاوەکە بواری کەمێک باڵادەستی بۆ بڕەخسێنێت.

پیاوی کەلووی گا چەندە بۆ ژنی کەلوی قرژاڵ گونجاوە؟

شێوازی خاڵی پێکگەیشتنی ئەم ژن و پیاوە لەوەدایە هەردووکیان حەزیان لە خواردنە، بەڵام ژنەکە حەزی لە لێنانی هەموو جۆرە خواردنێکە و هاوکات حەزی لە نوێخوازی و جۆراوجۆرکردنی خواردنەکانە، بەڵام پیاوی ئەم کەلووە کەسێکی تەقلیدییە و حەزی لە خواردنی سادەیە. ژنەکە پێویستییە زەمینییە بنچینەییەکانی دەزانێت، ژنێکی زۆر غیرەکەرە و لە غیرەکردن تێ دەگات، چوونکە خۆی برێک لەو غیرەیەی تێدایە، بەڵام خواستی باڵادەستییشی هەیە لە خۆشەویستییدا و ئەگەر هەیە ئەو خواستی باڵادەستییە لە غیرەکردنەکە زیاتر ببێتە هۆی رووخاندن و تێکدانی پەیوەندییەکەیان. ئەو ژنێکی خەیاڵمەندە و توانای زیاتر لە هەقیقەتی تواناکانی پیاوەکە دەبینێت و پیاوی کەلووی گا ئەمەی بەدڵە و پێی خۆشە. ژنی ئەم کەلووە حەزی لە قسە و سکاڵاکردنە و پیاوی ئەم کەلووەیش ئەو ئارامی و خۆڕاگرییەی نییە و کەمێک هاوسۆزیی لەگەڵدا دەبێت نەک بەتەواوی گوێڕاگرتن لێی، ئەم پیاوە لەو ژنەدا ئەوەی خۆش دەوێت و بەدڵێتی، کە پشتگیریی خۆی و هێزیشی دەکات و پیاوەکەیش ڕێز لە هەستەکانی و نەرمونیانی و تێگەیشتنی لەو دەگرێت. بەتایبەتی بە لایەنی سێکسییەوە. ژنی کەلووی قرژاڵ خواستێکی گەورەی دەسەڵات و باڵادەستی هەیە، پیاوەکەیش هەمان خواستی هەیە، بەڵام کەمتر و نەرمترە و هاوکات هەستیش بەوە دەکات، کە دەبێ ئەو باڵادەست بێت. بیروباوەڕی بەتوانای وەک پیاوێک هەندێجار دەیخاتە نێو کێشە و ململانێوە، بەڵام پێکەوە هاوسایەن و ڕەنگە پەیوەندیشییان، تا ماوەیەکی زۆر بخایەنێت و ڕادەیەکی زۆریش تێربوونی تێدا بێت.

پیاوی کەلووی گا تا چ ئاستێک بۆ ژنی کەلووی دووانە دەگونجێت؟

تەنها جەربەزەیی خاڵی هاوبەشی نێوانیانە. ژنی ئەم کەلووە جەربەزەیە لە چوونە نێو سەری پیاوی ئەم کەلووە و بەرەنگاری کەللەڕەقییەکەی بێتەوە و لێی تێبگات، ئەویش جەربەزەیە لەوەدا، کە بچێتە لایەنی دژبەیەکییەوە و لێی تێبگات، لە ژوانی یەکەمیاندا ژنی کەلووی دووانە، یان پیاوی کەلووی گا لە خۆی دوور دەخاتەوە یان زۆر ژیرانە بەلای خۆیدا پەلکێشی دەکات، جیاوازیی ڕەمەکی لەنێوانیاندا ئەگەر پێکەوە بن لەوەدایە ژنی ئەم کەلووە سێکسێکی دەوێت پڕ لە گەمە و چێژ و خۆشی بێت و پیاوەکەیش تەنها تێریی جەستەیی دەوێت، پیاوەکە دەیەوێت وەک شای جوانی دڵداری لەگەڵدا بکات هەرچەند ئەو هێندەی جوانی نییە، ژنەکەیش واقیعییە و ناتوانێت مەرایی بۆ شتێک بکات خۆی هەستی پێ ناکات. پیاوی کەلووی گا زەمینییە و بەخێرایی دەکەوێتە خۆشەویستیی ژنێکی هەوایی وەک ژنی کەلووی دووانەوە، بۆیە کاتێک ئەم ژنەی خۆش دەوێت شێتگیرانە خۆشی دەوێت. ژنی ئەم کەلووە کەسێکی کۆمەڵایەتییە و دەیەوێت هاوڕێی زۆر لەدەوروبەری بن، بەڵام پیاوی کەلووی گا بە خۆدا داخراوە و نایەوێت خەڵکی تەماشای ژنەکەی بکەن،پیاوی ئەم کەلووە حەزی لە شانازیکردنە بە پیاوەتییەکەیەوە و ژنی کەلووی دووانەیش تێرکردنی بەردەوامی نییە بۆیە ئەم دووانە بەرەنگاری ئەستەمیی بەردەوامبوون بەیەکەوە دەبنەوە، بەتایبەتی کە ژنی ئەم کەلووە بە سرووشت حەزی لە کتوپڕی و گۆڕانکارییە و پیاوەکەیش کەمێک ئارامی و تەنیایی دەوێت لە ژیانیدا. ئەگەر جیایش ببنەوە. بێگومان خۆشەویستییەکەیان دەمرێت.

پیاوی کەلووی گا چەندە لەگەڵ ژنی کەلووی گادا گونجاوە؟

دووانی لەش و لار خاون و دەبینی زۆربەی کاتەکان بەتەوەزەلی پێکەوە کاتەکانیان بەسەر دەبەن، ئارامییەکەی دۆخی بەریەککەوتنە. لە هەردووکیاندا ڕادەیەک خۆپەرستی هەیە و هەریەکەیان چێژ و خۆشیی و نازکێشانی خۆیان دەوێت، ئەگەر بەیەکەوەبن پێکەوەبوونی فیکرییان بە قسەکردن زۆر نییە تەنها پێکەوەبوونێکی ڕەمەکییان دەبێت، پیاوی کەلووی گا خواستێکی ماددیی ڕوونی هەیە و سەرسەختە و هەردووکیان دەرهەق بەیەکتری سەرسەختن. پیاوی ئەم کەلووە پێویستی بەوەیە دڵ و فیکری بکاتەوە و ئەو هەست و هزر و بیرانەی بە بەرانبەرەکەی بڵێت، گەر وا نەبێت دەکەونە شەڕ و زۆرانەوە، هەرچەند ژوانی سێکسیی نێو جێگە چارەسەری ئەو سەرسەختییەیان دەکات، لە ڕاستییشدا بەهۆی پەیوەندیی سێکسییەوە لەیەکتری دەبوورن و ئاشت دەبنەوە، بە دوو کەس دادەنرێن لەنێو کەلووەکاندا لە هەموویان زیاتر چێژ و خۆشی لە سێکس وەر دەگرن.

پیاوی کەلووی گا لەگەڵ ژنی کەلووی کەوانەدا چەندە گونجاون؟

پیاوی کەلووی گا هەر بە سروشت حەزی لە شتی لە خۆی جیاوازە، بۆیە زۆر شەیدا و ئەفسوونی ژنی سروشت ئاگریی کەلووی کەوانەیە. ئەو وەک کەلووی گا شتێکی دەوێت بە چاو و بە دڵ سەرنجی ڕابکێشێت و بیورووژێنێت، بۆیە کەمەندکێشی دەبێت چوونکە بە ژنێکی ژیاندۆستی جێسەرنجی دوێنەری دەزانێت، بۆ ژنی ئەم کەلووە تەنها هێندەی دەوێت دەستبەرداری هاوڕێیەتی بێت و بایەخ بەو بدات ئیدی پێکەوە بەختەوەر دەبن. پیاوی ئەم کەلووە ژیانێکی دەوێت ژنێک تێیادا لە خواردن و

سێکسدا نازی بداتێ، ژنێک لەتەنیشتیەوە ڕابکشێت، ژنی کەلووی کەوانەیش سەرچڵ و بزێوە و ئیشکەری دەرەوەی ماڵە و بەو هۆیەشەوە بڕێک جیاوازی دێنێتە ئارا، بەتایبەتی کە لە سروشتی پیاوی کەلووی گادا دەسەلات و زاڵبوونێک لە خۆشەویستیدا هەیە، چێژ و خۆشییش لە سێکس دەبینن، بەلام ڕەنگە ژنی ئەم کەلووە دوای ماوەیەک لێی بێزار بێت. بەتایبەتی کە بۆی دەر بکەوێت لایەنی فیکری بەدڵی ئەو نییە. هەموو ژنانی کەلووی کەوانە لە خەیاڵی ڕۆمانسییدا دەژین و بە هیوای پاڵەوانی خەونەکانیانن، کە ڕەنگە لە جەستە و چاوی پیاوی کەلووی گادا بیدۆزنەوە، بەلام دواتر بۆیان دەر دەکەوێت خەیاڵپلاوە، چوونکە دوای ئەوەی پرشنگی لە چاوی ژنی ئەم کەلووەدا نامێنێت وەک تەمبەڵ و ئارەزوومەندی سەرجێگە و سێکس دێتە بەرچاوی، لەکاتێکدا ژنی کەلووی کەوانە خۆی خواستی لە چالاکی و هزر و بیرە، بۆیە لە زۆر بار دا پیاوی لەو جۆرە لە ژیانیدا نامێنێت.

پیاوی کەلووی دووانە تا چەندە بۆ ژنی کەلووی کاوڕ دەگونجێت؟

ئەوە ژنی کەلووی کاوڕە بە عەقڵی پڕ لە هزر و بیری ڕووناکبیر و جێسەرنج و بە خواستی گەڕان و پیاسەکردنیەوە، بە پیاوی کەلووی دووانە دەکات تا پێی بلێت ئەوە منم باشترین کەسی گونجاوم بۆ شەیداییەکەی تۆ. پیاوی کەلووی دووانە دەیەوێت بزانێت لەبارەی ئەوەوە چی لە مێشکی ئەم ژنەدایە نەک لە دڵیدا، چالاکی و کراوەیی سروشتی سەرنجی ڕاکێشاوە. پێکەوە لە سیفەتی کراوەیی و ڕکابەریدا پێک دەگەن، بەلام ئەو ژنێکی غیرەکارە و حەزیش دەکات پیاو غیرەی لێ بکات، بەلام پیاوی ئەم کەلووە بەو جۆرە نییە و ئەو هەڵوێستەی بە ساردوسڕی دادەنێت و ڕەنگە ئەوەیش ببێتە هۆکاری دوورکەوتنەوە لێی.

پیاوی کەلووی دووانە ئەویندارى سێکس نییە و بە شتێکی ئاسایی دەزانێت، بەڵام ژنی ئەم کەلووە بە پرسێکی جوان و ئاوێزانبوونی دەزانێت. ژنی کەلووی کاوڕ پێویستی بە ئەندێشە و خەیاڵ هەیە و پیاوی کەلووی دووانە ناتوانێت ئەو ئەندێشەیەی بۆ دابین بکات بۆ قاییلکردنی بانگەشەی ئەوە دەکات، کە ئەو خەیاڵەی بۆ دابین دەکات، بەڵام بانگەشەکەی کاتییە و ئەمەیش بۆ ژنی ئەم کەلووە دەبێتە شۆک.

تا چەندە پیاوی کەلووی دووانە بۆ ژنی کەلووی نەهەنگ دەگونجێت؟

سروشتی بە جووڵە و نەچەسپاوی هەمیشە گۆڕاوی پیاوی دووانە ڕەنگە سروشتی هێمن و ئارامی مەنگی ژنی کەلووی نەهەنگ بێزار بکات. بەلای ژنی ئەم کەلوەوە پیاوی کەلووی دووانە کەسێکی بەجووڵەی نەوەستاوە. ژنی کەلووی نەهەنگیش خاوەنی سروشتی دانایی و هێمنی و ئارامییە و دەخوێنێتەوە، ئەمەیش ئەوە ناگەیێنێت سەرنجڕاکێش نییە، بەڵکوو نموونەی ژنی ڕۆمانسیی هێمنە و هەر ئەمەیش هۆکاری سەرنجدانی پیاوی کەلووی دووانەیە، کە پاش ماوەیەک ئەو هێمنی و سەقامگیرییەی قەڵسی دەکات. بەتایبەتی کە ئەو بە سروشت بەجووڵەیەوە و ڕەنگە دواجار بۆی دەر بکەوێت، کە ئەو دەیەوێت و خواستی ئەوەی هەیە لەسەر ئەو سروشتی جووڵەیەی ئەو دابنیشێت، یان خواستی بێت لە ترسی سروشتی شەڕەنگێزیی خەڵک لەماڵەوە دابنیشێت، ئەو دانیشتن و مانەوەیە لە ماڵەوە ئەو وەڕس دەکات، ڕەنگە ژنی کەلووی نەهەنگیش زۆر لە شێوازی بۆنە و ئاهەنگ و تانە و تەشەر و ژیانی خەڵکی بێزار بێت و ئەوەیش پێچەوانەی بیروباوەڕە بەهادارەکانێتی. سروشتی ڕەگەزی ئاویی ژنی کەلووی نەهەنگ و سروشتی هەوایی پیاوی

کەلـووی دووانــە لــە پەیوەندییەکـی زۆرباشــی سێکسـیدا پێکـەوە تەبـان، چوونکـە پیاوەکـە هەسـتی ژیـان و چالاکیـی پەیوەندییـە جەستەییەکەیان دەبزوێنێت. ئـەم پیـاوە لـە گۆشـەنیگای تێربوونـی تایبەتـی جەسـتەیی و ڕۆمانسـیی ئـەوەوە خەوشەکانیشـی قبـوڵ دەکات، هەردووکیـان ڕێـز لـە ئازادیـی کەسـێتیی یەکتـری دەگـرن و حـەز ناکـەن ببنـە موڵکـی یەکتـری، بـەڵام تاکە گرفتیـان لەوەدایـە پیـاوی کەلـووی دووانـە وا هەسـت دەکات ژنـی کەلـووی نەهەنـگ لەچـاو ئـەودا خـاوە. ئـەو خاویـەش وای لـێ دەکات نەسـتییانە جووڵـەی زیاتـر بێـت.

پیاوی کەلووی دووانە چەندە بۆ ژنی کەلووی گا دەگونجێت؟

ئـای چەنـدە پێچەوانـەی یەکـن. ژنـی کەلـووی گا" ئارامـی و سـەقامگیری و دڵنیایـی و ئاوێزانبـوون و لێکنزیکـی و پەیوەندییەکـی چەسـپاو و سـێکسـی دەوێـت، کاتێـک بـە پیـاوی کەلـووی دووانـە دەگات زۆر بـاش تـێ دەگات، کـە ئـەو پیـاوە نییـە بتوانێـت خواسـتەکانی بـۆ بـەدی بێنێـت هەرچەنـد پیاوێکـی جـوان و سەرنجڕاکێشـیش دەر بکەوێت، ڕەنگـە تەنهـا لەبـەر ئـەوە پیاوێکـی لـەو جـۆرەی خـۆش بوێـت، کـە جیـاوازە لـە خـۆی و هیـوای وایـە بتوانێـت بـە ڕۆمانسـییەتەکەی بیگۆڕێـت. لـە پەیوەندییـدا لەگـەڵ پیاوی ئـەم کەلـووەدا بە هێمنی و ئارامـی لە چاوەڕوانییدا دەبێت، تـا ئـەو بـە سروشـتی خێرای سـۆزداریی خـۆی پـێ ڕادەگەیێنێـت و پیـاوی کەلـووی دووانـە ئـەم کارە دەکات. پیـاوی کەلـووی دووانـە هەمیشـە لـە جووڵەدایـە و شـتێکی نوێـی دەوێـت ژیانـی بجووڵێنێـت. ژنـی کەلـووی گایـش هەرچەنـدە پێچەوانـەی سروشـتی ئـەوە، بـەڵام پیاوەکـە دەشـێت هەسـت بـەوە بـکات پێویسـتی بەوەیـە کەمێـک لەگەڵیـدا بـەوردی ڕەفتـار بـکات. ژنـی کەلـووی گا حـەزی لـە سێکسـە، بـەڵام لای پیـاوی ئـەم کەلـووە سـێکس لـە عەقڵدایـە

نەک لە جەستەدا، ڕەنگە چێژ و خۆشی لە جیاوازیی کەسێتییان وەر بگرن، بەڵام ئەگەر بەو جۆرە بمێننەوە ئەوا لەیەک دوور دەکەونەوە، ئەگەر ژنی کەلووی گا گەمەیەکی ژیرانە بکات کار دەکاتە سەر پیاوی ئەم کەلووە و ئارامتر و سەقامگیرتری دەکات، بەڵام ئەو بە سروستی گۆڕانی پیاوی کەلووی دووانە ڕەت دەکاتەوە، ڕەنگە هەڵهاتن لێی ببێتە پەرچە کرداری.

پیاوی کەلووی دووانە، تا چەند لەگەڵ ژنی کەلووی سەتڵدا دەگونجێن؟

یەکەم شتێک لەم ژنەدا، کە پیاوی ئەم کەلووە بەختەوەر دەکات ئەوەیە بە کەسانی تری دەناسێنێت واتە پیاوەکە لەگەڵیدا دەچێتە بۆنە و ئاهەنگ و ئەمەیش زۆر لەگەڵ سروشتی ئەودا دەگونجێت. پیاوەکە بە ڕۆحسووکی و خوێنشیرینی و چیرۆک و بەسەرهات و تەگبیر و گەمەکاری، کە ئەو بەدڵێتی ژنەکە دەخاتە خۆشەویستییەوە.

پیاوی کەلووی دووانە لە هەقیقەت و ڕاستیی ژنی کەلووی سەتڵ ورد دەبێتەوە و ڕەنگە ئەمەیش بەو هۆیەوە بێت، کە تێبینیی هاوشێوەیی نێوانیانی کردووە و نایەوێت فریوی بخوات، هەردووکیان ژیاندۆستن و بۆ پێشهاتەکانی ژیان هەمان دید و بۆچوونیان هەیە. وێڕای سادەیی ژنی کەلووی سەتڵ، بەڵام هاوکات سەرسەختە و تا بەباشی ئەویش دەیناسێت بەردەوام لە دڵەڕاوکێدا دەبێت. بەڵام هێندە ئاڵۆز نییە و ڕەنگە تەنها لەبەر ئەوە ببێتە جێسەرنجی ئەو، کە نازانێت بیر لە چی بکاتەوە و بە چی سەرنجی ئەو ڕابکێشێت، پیاوی ئەم کەلووە زۆر بەتوندی بە ژنی کەلووی سەتڵەوە نابەسترێتەوە، بەڵام ژنەکە بەڕوونی دەری دەخات، کە هاوڕێی دەوێت و دواتر خۆشەویست، ئەمەیش چارەسەری نموونەییە بۆ پیاوی کەلووی دووانە، کە

زۆر لەو ژنانە دەترسێت ئارەزوویان لە لێکترازیکبوونی بەردەوام و دوورنەکەوتنەوەیە، ئەم دووانە دەتوانن گرێکوێرە و کێشەکانی یەکتری چارەسەر بکەن و وردە وردە نهێنی و ترسەکانیان بۆ یەکتری بدرکێنن.

پیاوی کەلووی دوانە تا چەند لەگەڵ ژنی کەلووی گیسکدا دەگونجێن؟

ژنی کەلووی گیسک سەرنجی پیاوی کەلووی دووانە رادەکێشێت و دەیورووژێنێت، ئەم ژنە هێمن و ئارام و تۆکمەیە بۆیە پیاوی ئەم کەلووە هەست بەوە دەکات لەبەردەم ژنێکی تایبەت و دیاردایە، کە بە هێزەوە نزیک دەبێتەوە لێی، ژنی ئەم کەلووە نەزانە، بەڵام دڵێکی پڕ لە خۆشەویستی و بەخشندەیی و دانایی هەیە و کەسێکی توندوتۆڵە. لەسەرەتاوە بەلای ئەمەوە پیاوی کەلووی دووانە کەسێکی جوان و جێسەرنجە و ڕەنگە هەستێکی جوانی لا بورووژێنێت، بەڵام لەسەرەتاوە گەمەیەکی ئەهریمەنانەی ساردوسڕ بە مێشکی یەکتری دەکەن، ئەو پیاوێکی وەک باڵندەی بەرزەفڕ ئازادە، بەڵام لەپێناویدا بەقورسی پەیوەندیی ڕۆمانسی دەبەستێت، بەمەیش لایەنی ڕۆمانسیی ژنی کەلووی گیسک تێر دەبێت، لە ڕووی ئاوێزانبوون و لێکترازیکیی فسیۆلۆژی و سۆزدارییەوە هاوشێوەی یەکترن، ئەمەیش دەبێتە هۆکاری دروست بوونی پەیوەندییەکی تۆکمە لەنێوانیاندا.

پیاوی کەلووی دوانە و ژنی کەلووی دووپشک چەندە بۆ یەک گونجاون؟

ژنی کەلووی دووپشک ژنی خۆشەویستییە و بە هەست و دەرخستن و بەرجەستەکردنەوە خۆشەویستی دەکات، ئەگەر

بە ڕۆح و عەقڵەوە پیاوی کەلووی دووانەی خۆش ویست لە خۆشەویستییەکی گەرمدا نوقمی دەکات. پیاوی ئەم کەلووەیش نایەوێت لەپێناوی خۆشەویستیدا لە خۆشەویستیدا نوقم بێت، بەڵکوو خۆشەویستییەکی بەدڵە گفتوگۆ و دیالۆگی تێدا بێت نەک لە خۆشەویستیدا نقوم بێت، کە خەسڵەتی ژنی کەلووی دووپشکە، ئەم پیاوە لە ژنی ئەم کەلووەدا تەمومژێک دەبینێت کەمەندکێشی دەکات و کە دەڕوانێتە چاوەکانیشی سڕی دەکەن. پیاوی ئەم کەلووە لەسەرەتا دەیەوێت لایەنی سۆزداریی ئەو تاقی بکاتەوە، بەڵام دەکەوێتە واقیعیی تووشبوونیەوە بە پەیوەندییەک خۆشەویستی و ڕقیشی تێدایە، لەکاتێکدا پیاوی ئەم کەلووە پەیوەندییەکی دەوێت بڕێک ئازادیی تێدا بێت بۆیە ئەم ژنە دەبێتە زیندانی خۆشەویستیی هەرکەسێک خۆشی بوێت، بەلایەنی جەستەیییەوە بە قووڵی چێژ و خۆشی لەیەک دەبینن. ژنی ئەم کەلووە ڕۆڵی فریودان و چەسپان دەبینێت و پیاوەکە دوای بەرەنگاربوونەوەی فریوەکانی مل دەدات و ئەمەیش واتا پەیوەندییەکەیان جەستەیییە و پیاوی کەلووی دووانە هەر بە سروشتی خۆی ئەم جۆرە پەیوەندییە ڕەت دەکاتەوە.

پیاوی ئەم کەلووە لەسەرەتادا دەیەوێت سارد بێت، بەڵام ئەم ساردییە زیاتر ژنی کەلووی دووپشک دەورووژێنێت بۆ فریودانی و سەرکەوتوویش دەبێت، لێ پاش ماوەیەک ئەو بەشێوەیەک لە شێوەکان لەژێر کۆنترۆڵی دەر دەچێت، هەردووکیشیان زۆر باشن لە پەیوەندییەکی سەرچڵی کاتیدا، بەڵام ژنی ئەم کەلووە ڕەمەکی و گەرموگوڕە.

پیاوی کەلووی دووانە چەند لەگەڵ ژنی کەلووی تەرازوودا دەگونجێن؟

پەیوەندییەکەیان گەرم و پڕ لە کتوپڕییە بۆ هەردووکیان.

هەردووکیان لە ڕەگەزی هەواییین بۆیە لە پەیوەندییاندا شیمانەی ڕوودانی چەندین گێژاو و گەردەلوول دەکەین، ئەم دوو کەلووە چێژ و خۆشی لە بەسەرهاتی چوونە نێو خۆشەویستی وەر دەگرن. پیاوی کەلووی دووانە سەرمەستی ژنی کەلووی تەرازووە و دنەی خواستی ئەوەی دەدات، کە بڕوا بە قسەکانی بکات. هاوکات ژنی ئەم کەلووە واهەست دەکان کاریگەریی ئەو لەسەر ئەم بەڵگەی لاوازیی ئەوە و خۆیشی نازانێت بەتەمای چییە و چیی دەوێت.

هەردووکیان حەز بەوە ناکەن زۆر لێکنزیک بن و لەیەک دانەبڕێن و هەردووکیشیان توانای هێشتنەوەی ڕۆمانسییەتیان هەیە هەرچەندە ئاگری شەیدایی ڕەمەکیشیان کز بێت. ئەم دوانە پاش ماوەیەک پێکەوە بایەخی هاوبەش پێکدێنن، کە بەهۆیەوە ئەزموونی کار یان گەشتوگوزاریان دەست دەکەوێت. کە بڕیاری بەردەوامیدانیش بە پەیوەندییە درێژخایەنەکەیان دەدەن، پێش ئەوەی بڕیار بدەن ماوەیەکی زۆر بیر دەکەنەوە.

پیاوی کەلووی دووانە چەندە لەگەڵ ژنی کەلووی پاکیزەدا دەگونجێت؟

ناتوانین پەیوەندییەکەیان بە پەیوەندییەکی نموونەیی دابنێین، چوونکە پیاوی کەلووی دووانە ژیانێکی ناوێت ژنێکی ڕەخنەگر و لێکدەرەوەی تێدا بێت، ژنی کەلووی پاکیزە بەدگومانە، پرسیار زۆر دەکات، هەڵدەچێت و هەڵادەنێتەوە ئەگەر هەست بکات ئەو بەبێ ئەم شتێک دەکات. ئەم ژنە ژیانێکی ڕاقیی دەوێت و لە سادەیی ئەو بێزار دەبێت. لەسەرەتای یەکتری ناسینیاندا هەردووکیان گەرموگوڕ و بە پەرۆشن بۆ ناسینی یەکتری، بەڵام دواتر وردە وردە کەمێک ناکۆکی دەکەوێتە نێوانیان. ژنی ئەم کەلووە زۆر سیستماتیکە و پیاوی کەلووی دووانەیش شتەکان

زۆر بەئاسانی وەر دەگرێت. ژنەکە لە پەیوەندییدا بەوەوە زۆر جیددییە. لە سێکسیشدا ناتەباییەکی زۆریان هەیە.ژنی ئەم کەلووە پێویستی بە زۆرترین ڕادەی ڕۆمانسییەت و گفتوگۆ هەیە و ئەویش تا بێت ئاسانتر شتەکان وەر دەگرێت، لە حاڵەتی لێکدانەوە و ڕێکخستن و سووربوونی ژنی کەلووی پاکیزە لەسەر ئەو خواستەی بە برێکی زۆر. لایەنی جێهێشتن لە ڕەفتاری پیاوی ئەم کەلووەدا دەر دەکەوێت و یان لە ڕووی دەروونییەوە یاخود بەڕاستی جێی دەهێڵێت.

پیاوی کەلووی دووانە و ژنی کەلووی شێر چەندە بۆ یەک دەگونجێن؟

ژنی کەلووی شێر پیاوێکی خۆش ناوێت لەسەر قژ و چوونەدەرەوەی لەگەڵیدا بڵێت. پیاوی کەلووی دووانە زۆر دەڵێت و ڕاشکاوانەیش قسە دەکات. ناکۆکییەکەیان ڕەنگە لە ڕەخنەوە دەست پێ بکات، بەڵام بە سەلیقەیی و نیازپاکی لە ڕەخنەگرتندا خودی ڕەخنەکان قبوڵکراو دەبن. پیاوی ئەم کەلووە تەنانەت لە پەیوەندییشدا جووڵە و گۆڕانی دەوێت و ژنی کەلووی شێریش توانای قەناعەتپێهێنانی هەیە بەوەی پەیوەندییەکەیان بۆ ئەو بەسە. ژنی ئەم کەلووە هاوکات قەناعەتیشی هەیە، کە خۆی کەسێکی بەهرەمەند و بەتوانایە لە قەناعەتهێنان بە هەر پیاوێک و دەتوانێت وای لێ بکات هەمیشە شەیدای بێت. ژنی کەلووی شێر لە پیاوی کەلووی دووانە سێکسی بەلاوە گرنگترە و خۆشەویستی زیاترە لەوەی کە دەیبەخشێت، لەگەڵ ئەوەیشدا ڕەنگە وا بێت هەریەکەیان وا بکات ئەوی تریان هەست بە ژیان و جووڵە و چالاکی بکات، نیشانە دیارەکانی ئەم پەیوەندییە لەوەدایە پیاوی کەلووی کەوانە توانای پێکهێنانی هەیە و ژنی کەلووی شێریش توانای پێکهێنانی پیاوەکەی هەیە بێئەوەی پێی

بزانێت، بەمەیش بێئەوەی خۆیان پێ بزانن نەخشە و پلانی لێکحاڵیبوونێکی هاوبەش پێکدێنن، کە پەیوەندییەکەیان باشتر دەکات.

پیاوی کەلووی دووانە چەندە بۆ ژنی کەلووی دووانە دەگونجێت؟

دوو هاوسەری بەختەوەرن. بەزوویی لەبارەی زۆر شتەوە لەیەک تێ دەگەن و ژیانیان بریتییە لە پێکەنین و گەمەی زەینی، هەریەکەیان گۆڕانەکانی ئەوی تریانی قبوڵە. لەدەرەوەی پەیوەندییەکەیاندا خەڵک وەسفیان دەکەن. هەریەکەیان بەجیا و هەردووکیشیان بە کەمی غیرە و ئیرەییان هەیە، شتێکی باشیان تێدایە، ئەم دووانە گەمەی بێدەنگی ناکەن و دواجار کێشەکانیان بە گفتوگۆ چارەسەر دەکەن. هەریەکە و لەوی تریان توانا و تێگەییشتنی زیاتریان هەیە لەیەک نەپرسینەوە لەسەر پێویستییان بە خەوتن، لە شێوە ئاساییەکەیدا ئەم دووانە بۆ هەمیشەیی هاوڕێن بۆ ماوەیەکی زۆریش خۆشەویستی یەکن. هەردووکیان توانای ئەوەیان هەیە بەگەرمی، بەقووڵی ئەوی تریان خۆش بوێت و تەنها لەپێناوی خۆشەویستیشدا یەکیان خۆش بوێت، تەنانەت گەر بشگەن بەو ڕاستییەی، کە خۆشەویستی لایان تەنها وەهمە، بەڵام دەتوانن بە تاموچێژەوە لەو وەهمە سۆزدارییەدا بژین.

پیاوی کەلووی دووانە چەند بۆ ژنی کەلووی کەوانە دەگونجێت؟

پەیوەندی و سەرنجڕاکێشان و ئەشقی دوو لایەنی پێچەوانە و دژبەیەکن، بۆیە پەیوەندییەکەیان گەرمە. پیاوی کەلووی

كەوانـە بـە سروشـت خۆشـنوود و جێسـەرنج و زۆر دووە، ژنـی ئـەم كەلووەیـش ئازایـە و دەركەوتنـی گەرموگـوڕ و ڕاسـتگۆیانە لـە كەسـێتییدا شـەیدای دەكات و سـەرنجی یەكتـری ڕادەكێشـن، هەردووكیـان لـە یەكەمیـن ژوانـدا وا هەسـت دەكـەن دوو منداڵـن و یاری دەكـەن تەنانـەت ئەگـەر خەڵكیش تەماشـایان بكات و كەچی ئـەوان گـوێ بـە خەڵكـی نـادەن و لـەو گەمـە ئەهریمەنییـە چێـژی خۆیـان وەر دەگـرن، دوای ماوەیـەک پیـاوی كەلـووی دووانـە لەسـەر سروشـتی ڕەخنەگرانـەی ژنـی كەلـووی كەوانـە هەڵوێسـتە دەگرێـت و بێزاریـی خـۆی پـێ ڕادەگەیێنێـت، ڕەنگـە ئەویـش بـە توندی و تووڕەیـی وەڵامـی بداتـەوە، ئـەم دووانـە پەیوەندییەكـی باشـیان بـە خـودی خۆیانـەوە هەیـە، بۆیـە بەبـێ هیـچ كێشـەیەک ڕۆڵـی سـەرۆک و كار بەڕێوەبـەر دەگێـڕن، هەردووكیـان قسـە زۆر دەكـەن، بـەڵام ژنەكـە قسـەی زیاتـر دەكات. هەردووكیـان خاوەنـی ڕۆحێكـی جـوان و كـراوە و دوو كەسـایەتیی كۆمەڵایەتیی كـراوەن، بۆیـە هەردووكیشـیان هاوڕێـی زۆریـان هەیـە و كەسـیان ئیرەیـی بـەوی تریـان نابـەن هەرچەنـد ژنەكـە غیـرەی زیاتـرە. بەتایبەتـی كاتێـک ژنـی ئـەم كەلـووە هەسـت بـكات ئـەم پیـاوە لای ژنێكـی تـر خۆشـحاڵترە، ژنـی ئـەم كەلـووە پێویسـتیی بـە ئارامـی و دڵنیایـی زیاتـرە و وێـڕای تێگەیشـتنیان لـە ئازادیـی نێوانیـان، بـەڵام ژنەكـە دەیەوێـت هەسـتكردنی ئینتیمـای بـۆ ئـەو زیاتـر بێـت، لـە كاتێكـدا پیـاوی كەلـووی دووانـە لـە زۆر پێكەوەبـوون و لەیەكنزیكبـوون دەترسـێت.

٢٠١٣ /١٢/١٢

بازیان

بەرگی دووەم

جۆرەکانی خۆشەویستی

خۆشەویستی لە یەکەم بینینەوە:

بە زمانی ئینگلیزی پێی دەوترێت (Infatuation Love)، واتە خۆشەویستیی شەیدابوون و دڵڕفاندن. بۆیە پێی دەوترێت خۆشەویستی لە یەکەم بینینەوە، چوونکە لە یەکەم بەیەکگەیشتن و بینیندا، کەسەکە شەیدای بەرامبەرەکەی دەبێت.

لە خورافاتە یۆنانییەکاندا هاتووە، کە ئەم جۆرە خۆشەویستییە بە هۆی تیرێکەوە ڕوو دەدات خواوەندی (Evos)، دەیگرێتە چاوی مرۆڤێک بۆ ئەوەی مرۆڤێکی تری پێ ببینێت، بۆیە ئەم خۆشەویستییە لە یەکەم بینینەوە بە eros یان erotic ناو براوە واتە خۆشەویستیی جەستەیی، چوونکە هۆکاری خۆشەویستییەکە سەرنجڕاکێشانی جەستەیی و ئەو کەسەی سەرنجی ڕاکێشراوە نازانێت پرسی ڕاکێشانە جەستەییەکە چییە[1] ئەوانەی لە یەکەم بینیندا شەیدای بەرامبەرەکەیان دەبن زیاتر جەستە و شێوەی بەرامبەرەکەیان سەرنجیڕاکێشاون، نەوەک کەسێتی و بیرکردنەوە و ڕۆحییەتی و ئەوەیشیان نەدرکاندووە – بەتایبەتی ئەگەر ئەم حاڵەتە لە تازەپێگەیشتواندا ڕوو بدات و ئەمان هەوڵ

---

١ بەلام ئەوەی زیاتر لە کۆمەڵگەی کوردیی ئێمەدا باوە زیاتر سەرنجڕاکێشانەکە لەبەر جوانییە، یان جوانیی جەستەیی بەگشتی یاخود جوانیی بەشێک لە جەستە: چاو، قژ، بەژنوبالا...هتد/وەرگێر

دەدەن کەمێک ڕۆمانسییەتی تێکەڵ بکەن بۆ ئەوەی لایەنی تەنها جەستەیییەکە داپۆشن.

بەلای تازەپێگەیشتوانەوە ڕوونە، کە پرسەکە جەستەیییە و هەر خۆیشیان ڕاشکاوانە دەری دەبڕن. بگرە هەندێکیشیان لەژێر کۆنترۆڵی سۆزدا کورتوپوخت باس لەو شوێنەی جەستەی مەعشووقەکەیان دەکەن و هاوکات باس لە خاڵە لاوازەکانیشی دەکەن. خۆشەویستی لە یەکەم بینینەوە خاوەنەکەی تووشی خەم و ترسێک دەکات و تێدەگات کەوتۆتە ژێر کاریگەریی زۆری بیرکردنەوەوە. زیادلەتوانا ڕاستەقینەکانی خۆیشی بە شێوەیەکی ئایدیالیستی بۆی دەڕوانێت.

بۆیە ئەو کەسانە دەبنە دیلی وروژانێکی عاتیفی زۆرەوە، کە ڕەنگە هیچ پەیوەندییەکی بە خۆشەویستی و خۆشویستنی کەسی بەرامبەریەوە نەبێت. هەرچەندە دەشێت وەهمێک هەبێت بە بوون و بەردەوامیی خۆشەویستی، بەلام دواجار خاوەنەکەی تێدەگات و بۆی دەر دەکەوێت، کە قۆناغێکە و تێدەپەڕێت. وردترین وەسف بۆ ئەویینداری یەکەم بینین ئەوەیە، کە کەوتۆتە ژێر کاریگەریی وروژانێکی جەستەیی و عەقڵی زۆر سەرتاپاگیرەوە.

یەکێک لە کێشە و گرفتەکانی ئەم جۆرە خۆشەویستییە ڕوانینێکی نموونەیی ئایدیالیستی ناواقیعییە بۆ خۆشەویست و مەترسیی هەنگاونانی بنچینەیییە بۆ - پەیوەندی بەستن - لەسەر ئەو وێناکردنە ناواقیعییە. کێشەکەیش لەوەدایە کە کاریگەریی ئەم هەستکردنە درێژە دەخایەنێت ئەگەر کەسەکە لە پەیوەندییەکە بێبەری بکرێت، یان ڕێگریی لێ بکرێت و چاوی بۆ بەڕاستیبینینی کەسی بەرامبەر، کە ئەو بە خۆشەویستی خۆی دەزانێت بکرێتەوە.

باشترین چارەسەر بۆ ئەم جۆرە خۆشەویستییە گەرمە ڕامەڵەرە بریتییە لە ناسینی خۆشەویست وەک خۆی چۆنە نەک

لەسەر بنچینەی ئەو وێنە خەیاڵییەی لە یەکەم بینینەوە دروست دەبێت، چوونکە خۆشەویستی لە یەکەم بینینەوە کیانی مرۆڤ دەگۆڕێت دەکات و کار دەکاتە سەر توانا زەینی و کردارییەکانی، وێڕای کارکردنە سەر تەندروستی و تووشبوونی بە نیگەرانی و دڵەڕاوکێ و شپرزەیی و چێژ و تام وەر نەگرتن لە ژیان.

خۆشەویستی لە یەکەم بینینەوە لەنێو هەموو جۆرەکانی تری خۆشەویستیدا پێگەی تایبەتی وەر گرتووە، چوونکە خۆشەویستییەکی هێندە ئەفسووناوییە لە ساتەوەختێک و بێهۆکاری لۆژیکی تەواوی کیانی مرۆڤ دەگۆڕێت.

خۆشەویستیی هاوسەرێتی:

دەکرێت ناوی خۆشەویستیی سەقامگیری، لەیەک ڕاهاتن، یان خۆشەویستیی هاوسەری ناو بنێین، چوونکە ڕەنگدانەوەی وێنەیەکی گشتیی پەیوەندییە سۆزدارییەکانی نێوان هاوسەرانە، بەڵام هاوکات بە (Companionuta Love)، واتە خۆشەویستیی هاوسەرێتی، پێکەوەبوون ناو دەبرێت، واتە دوو کەس ئیتر لە سایەی خۆشەویستی و سۆزداری یەکتریدا دەبن. هەروەها بە (Stroge Love)، واتە خۆشەویستیی لەناخداهەڵگیراو، یان (Conjagal Love)، واتە خۆشەویستیی هاوسەرێتی ناو دەبرێت.

خۆشەویستییەکە بەبێ گەرمی و شەیدایی ئەشقێنی، وەک یۆنانییەکان بە خۆشەویستیی نامۆیی و هاوسەری ناو دەبەن. خۆشەویستییەکە لە بنچینەدا بەرمەبنای پەیوەندییەکی درێژخایەنە و دەبێتە ڕەنگدانەوەی بارودۆخی ژن و پیاو لەپاش ماوەیەک لە هاوسەرگیریی، چوونکە ئەم خۆشەویستییە لەدوای ماوەیەک ئەشق و شەیدایی و هەڵچوونە سۆزدارییەکان دروست دەبێت. ڕەنگە لە هاوسەرگیرییەکی تەقلیدییدا بەو جۆرە دەست

پێبکات و هەر بەو جۆرەیش بەردەوام بێت، دواتر لەپای یەکتری ناسین لە سایەی خێزانداریدا ڕۆمانسییەت و حەزی خۆشەویستی کەمتر بێتەوە - ئەگەر پێشتر خۆشەویستی و شەیدایی و حەز لەنێوانیاندا هەبووبێت، بە هۆی ڕۆتینەوە ڕۆمانسییەتەکە نامێنێت و پەیوەندیی ئولفەتگرتن و هاوسەرێتی جێی دەگرنەوە. لایەنی بەرپرسیارێتی و ئەرکەکانی خێزان بەسەر سۆزدارییەکەدا زاڵ دەبێت و ئیدی دەبێتە پەیوەندییەکی بەرمەبنای متمانە و ڕێزگرتن و بەئاگابوون لە یەکتری. تا دواجاریش پەیوەستییەکانی تر بە منداڵ و ماڵ و هاوبەندییەکانی تری ئەزموون و پێکەوەمانەوە و کاروباری خێزانەوە دەبنە جێگرەوەی ئەشق و حەزوئارەزووەکان.

هەرچەندە ئەم خۆشەویستییە بەدەرە لە شەیدایی، یان شێتگیری و هەڵچوون کە لە جۆرەکانی تری خۆشەویستیی وەک خۆشەویستیی ڕۆمانسییەت و ڕەمەکی "غەریزی"دا هەیە، بەڵام لە واقیعی لێکۆڵینەوە دەروونناسییەکان و لە ئەزموونەکانی ژیانیشدا دەر کەوتووە، کە ئەم جۆرە خۆشەویستییە لە خۆشەویستییەکانی تر بەهێزتر، زامنتر، پێگەیشتووترە.

ئەم جۆرە خۆشەویستییە خۆشەویستییەکی باش و جوان دەبێت ئەگەر هەردوو لا لە ڕووی دەروونییەوە سەقامگیر و بەئارام بن لەسەری، بەڵام ئەگەر لایەکیان پێویستیی خۆی بە جووڵەی سۆزداریی ئەوی تریان دەر بڕی، یان شتێک هاتە ئاراوە لایەکیانی جووڵاند، گرفتێک سەر هەڵدەدات. هەندێ کەس ئەو پرسە هاوبەشانەی وەک منداڵ و ئەزموونەکان و چەندینی تر، بە پرسگەلێک دادەنێن ئەندێشەی خۆشەویستی قەرەبوو دەکەنەوە، بەڵام لە زۆر باردا وا دەبێت لایەکیان نارەزایی دەر بڕێت و ڕای بگەیێنێت، یان بەبێ ڕاگەیاندنیش هەست بە خواستێک بکات بۆ سۆزێکی گەرموگوڕ لەو ساردوسڕییەی خۆشەویستیی

هاوسایەیی بیهەژێنێت، بۆیە لەو پێناوەدا هەوڵ بۆ پەیوەندییەکی دەرەکی دەدات زیاد لە پەیوەندییە هاوسەرێتییەکەی، یان پەیوەندیی هاوسەرێتییەکە کۆتاییی پێ دێنێت بۆ چوونەنێو خۆشەویستییەکی ڕۆمانسی، یان ڕەمەکی.

زۆر کەس – بەتایبەتی لە پیاوان – پەیوەندییە ڕۆمانسییەکەی تری دەرەوەی هاوسەری بەباشتر دەزانن بۆ هاوسەنگکردنی بوون و مانەوە و قبوڵکردنی ئەو خۆشەویستییەی لە هاوسەرێتیدا هەیانە. هەندێ لە ژنان ئەو هەڵوێستەی پیاوەکەیان ڕەت دەکەنەوە و هەندێکشیان بۆ بەردەوامیدان بە ژیان چاوپۆشیی لێ دەکەن. سەیرەکە لەوەدایە، پیاوەکە بێت یان ئەو ژنەی دەیەوێت خۆی لە خۆشەویستیی ساردوسڕی هاوسەرێتی قوتار بکات، خۆیان دەدەن بەدەم خۆشەویستیی ڕۆمانسی یان ڕەمەکییەوە، بەتایبەتی ئەگەر بڕیارەکەیان لەخۆقوتارکردن لە خۆشەویستیی هاوسەری بە – تەڵاق یان جێهێشتن – بێت، دەبینن پاش ماوەیەک گڕی خۆشەویستییە ڕۆمانسی و ڕەمەکییەکەیش کز دەبێت و دەبێتەوە بە هاوڕێیەتی و پێکەوەبوونێکی ئاسایی.

خۆشەویستی بێهوودە" بێئامانج" :

یۆنانییەکان بە (Ludus Love)، واتە خۆسەویستی بۆ گەمەی ناو دەبەن، بریتییە لە شەیداییەکی سۆزداریی کاتیی ئەو کەسەی ئەو خۆشەویستییە بۆ گەمەیەک دەکات و دواتر دەکەوێتە پەیوەندییەکی ترەوە بۆ هەمان گەمە. بە شێوەیەکی گشتی تەمەنی ئەم پەیوەندییە زۆر کورتە و ڕەنگە لە یەک کاتدا چەندین پەیوەندی بەسترابێت.

کەسی گەمەکار زۆر بەکەمی بەرامبەرەکەی فریو دەدات، بەڵکوو بە ڕاشکاوانە پێی دەڵێت، کە لەو پەیوەندییەدا جیددی نییە و بە نیازی بەردەوامبوونیش نییە. ڕەنگە هەندێ بەوە فریو

بخوات هەرکات هەست بەوە بکات بەرامبەرەکەی وازی لێ دەهێنێت.

کەسێک لە حاڵەتی خۆشەویستیی بێهوودەدا بێت لەو بڕوادایە لەو ساتەدا لە خۆشەویستیدایە، بەڵام لەبەر ئەوەی مرۆڤێکی زۆر قەڵس و بێزارە و دەیەوێت خۆی لە ڕقوکینە بپارێزێت دەکەوێتە پەیوەندییەکی تری خۆشەویستییەوە.

ئەو گەمەکارانە زیاتر لەو پیاوانەن بە "ژنانی" ناسراون و کەسانی ناودار و بەناوبانگیشن. ئەو گەنج و تازەپێگەیشتووانەیش بەو جۆرە خۆشەویستییەوە خەریکن، کە بە نیازی هاوسەرگیری نین. ئەم گەمەکارییە دەشێت قۆناغێک و دەکرێت خەسڵەتێکی چەسپاویش بێت لە کەسەکەدا. ئەگەر خەسڵەت بێت لە بەشی تایبەت بە خۆشەویستی و کەسێتیدا وردتر باسی دەکەین.

خۆشەویستیی سەرەڕۆ :

بە خۆشەویستیی (Fatuous)، واتە خۆشەویستیی گەمژانە، بێئەرزش ناو دەبرێت. دەکرێت بە خۆشەویستیی پێنەگەیشتوویش ناوی ببەین چوونکە هەرچەندە بڕیاری خۆشەویستی و سۆزیشی لەگەڵدایە، بەڵام بەدەرە لە هەستی قووڵ و بیرکردنەوە لە خودی مەعشووقەکە و تواناکانی و تەنانەت ڕادەی سۆزداریی ڕاستەقینەی خودی ئەو کەسەی ئەم خۆشەویستییە دەکات، واتە خۆشەویستییەکی سادەی ئاسۆیی، خۆشەویستییەکی خێرا، بڕیارێکی هاوسەرگیریی بەپەلەیە. ئەم جۆرە خۆشەویستییە لە کەسێکدا ڕوو دەدات، کە لە ناخیدا پێشبینی جوان و باش و دیدێکی وەنەوشەییی ئایدیالیستی هەیە بۆ ژیان و پێکەوەبوون و هاوسەرگیری و لەو بڕوایەدا بوون، کە تەنها سۆز پەرجووەکان دەنوێنێت. ئەم جۆرە خۆشەویستییە لە "مۆتە" دەچێت، چوونکە هەر کە خۆری ژیانی واقیعیی بەر کەوت دەتوێتەوە،

خاوەنەكانیشیان تووشی نائومێدییەكی زۆر دەبن و بە زووترین كات بە خۆیان و سۆزەكەیشیانەوە تێك دەشكێن.

بە كۆتایی هاتنی خۆشەویستییەكەیش، دەبینین ئەم جۆرە كەسانە لە خەم و ناسۆر و هەڵچوونێكی توورەیی زۆردا دەبن و هەمووی بەسەر مەعشووقەكەیاندا دەڕێژن، داواكاریی ئەم تەرزە ئەویندارانە لە خواستی دەر خستنی ڕۆمانسییەت و گفتوگۆی ئەویندارانە و هەندێ كاری تری لاوەكی وەك، پێشكەشكردنی دیاریدایە نەك خواستیان بۆ قووڵكردنەوەی هەست و پەیوەندییەكەیان. بۆیە زۆرینەی ئەویندارانی ئەم خۆشەویستییە گەمەكاریە لە گەنج و تازەپێگەیشتووانن.

خۆشەویستیی واقیعی :

خۆشەویستیی واقیعی، یان ئەوەی بە یۆنانی بە (Pragwa)، واتە خۆشەویستیی كرداری ناسراوە، یان ئەوەی ئێمە بە "خۆشەویستی لیستی نووسراو، یان لیستی تۆماركراو" ناوی دەبەین.

ئەوەی لەمبارەدا خۆشەویستی دەكات بڕێكی زۆر هۆشیاریی بەو سیفەتانە هەیە، كە دەیەوێت لە خۆشەویستەكەیدا هەبێت، هەر بەو جۆرەیش لە سۆراخی كەسێكدا دەبێت، كە ئەو سیفەتانەی هەبێت لە تۆماری زەینیدا نووسیونی، چەند سیفەتێكی دیاریكراو لەو كەسەدا، كە دواجار بڕیار دەدات خۆشی بوێت، ئەم پرسە لە شێوە كارتۆنییەكەیدا لە خانمی ژیری ماڵێك دەچێت، كە بە خۆی و لیستێكی شتكڕینەوە دەچێت بۆ بازاڕ. ئەو سیفەتانەی ئەم جۆرە ئەویندارە واقیعییانە دەیانەوێت ڕەنگە سیفەتی جەستەیی، یات وزە و توانای كەسێتی...هتد بن، بەڵام زۆرینەیان سیفەتی جەستە زیاتر بەهەند دەزانن بۆ تێركردنی سێكسیی خۆیان. لە زۆر باریشدا لەو كەسانەن لە سۆراخی دەستكەوت و تێر بوونی ماددی، كۆمەڵایەتییدان بە چاوپۆشی لە تێربوونە

سێکسییەکان، بۆیە لە خۆشەویستێک دەگەڕێن قورساییەکی ماددی، پێگەیەکی کۆمەڵایەتیی هەبێت.

ئەم جۆرە بەسەر ئەوانەدا بەرجەستە دەبێت، کە لە سۆراخی خۆشەویستێک، یان هاوسەری ژیاندان لە شێوەی داواکردن و مارەبڕینی کلاسیکی، یان هەڵبژاردن لە ڕێی ئینتەرنێتەوە.

بە شێوەیەکی گشتییش ئەو جۆرە کەسانە لە خۆشەویستێک دەگەڕێن کۆمەڵێک سیفەتی هاوبەشی ئایینی، کۆمەڵایەتی، سیاسی، چینایەتییان هەبێت، وێڕای لەیەکچوون لە کەسێتی و تەنانەت لە خولیاکانیشدا.

ئەم جۆرە لە خۆشەویستیی کرداری، کە لێکدانەوە و وردبوونەوەی تێدا دەکرێت، هەر وەک خۆشەویستییە هاوسەرێتییەکەیە کە لەسەرەتاوە بەدواداچوونی بۆ دەکرێت. کەسەکەیش خۆی ئامادە و شیاو دەکات بۆ ئەوەی ئەو کەسەی خۆش بوێت عەودالێتی.

وتمان خاوەنی ئەم خۆشەویستییە ڕەنگە لەو کەسانە بن لە شێوەی داواکردنی کلاسیکییدا بۆ خۆشەویست یان بۆ هاوسەری ژیانیان دەگەڕێن. ڕەنگە لەوانەیش بن لەڕێی خزمەتگوزارییەکانی ئینتەرنێت و دامەزراوەکانی هاوسەرگیرییەوە ونبووی خۆیان بدۆزنەوە، بەڵام ئەم جۆرە کەسانە دەشێت لە یانەکان، لە بۆنە و ئاهەنگەکان، لە فەرمانگە و کۆبوونەوە جۆراوجۆرەکاندا لە هاوسەری سۆزداریی ژیانیان بگەڕێن. بێگومان لیستی نووسراوی لە مێشکیدا ئامادەیە و ڕەنگە لە ڕێی تێکەڵبوونەوە بە خەڵکی بەو کەسە بگات، کە سیفەتەکانی لەو لیستەدا تۆمار کردووە و لەودا هەن.

خۆشەویستیی بەتاڵ :

خۆشەویستیی بەتاڵ (Empty Love) واتە بوونی پەیوەندییەکی بەتاڵ لە هەستی قووڵ و خواستی خۆسەویستی لە هەردوو

لاوە یان لە لایەکیانەوە. ئەم خۆشەویستییە ڕەنگە لە باری هاوسەرگیریی ئاسایی و تەقلیدیدا هەبێت لە داواکردن و مارەبڕین، کە تیایدا ژن و پیاوەکە هەستێکی خۆشەویستیی پێشوەختیان نییە، بەڵام دەشێت لەگەڵ تێپەڕبوونی کاتدا سۆزدارییان لەنێواندا دروست بێت. هەندێکیش بەردەوام لە ژیانێکی هاوسەرێتیی ساردوسڕدا دەژین. لەوانەیە یەکێک لەو دووانە بچێتە ئەو پەیوەندییە هاوسەرێتییەوە و قەناعەتی خۆشەویستیی لا دروست بێت بەبێ بوونی هەستیش بە خۆشەویستی. لە هاوسەرگیریی جاراندا تێبینی دەکرێت پیاو یان ژنەکە، یان هەردووکیان دەڵێن، "ئێمە دەتوانین ئەو کەسەمان خۆشبوێت، کە لەگەڵیدا دەژیین[١].

خۆشەویستیی بەتاڵ – ڕەنگە بە خۆشەویستییەکی ئاسایی دەستی پێ کردبێت، بەڵام لە دەرەنجامی هەلومەرج و کاتدا خۆشەویستییەکە بمرێت و ئیدی هیچ ورژوواندن و هەڵچوونێکی سۆزداری و ڕەمەکی لە گۆڕێدا نەمێنێت. هەندێجار لەم جۆرە خۆشەویستییەدا تەنها خۆشەویستییەکە ناتوێتەوە، بگرە بە هۆی نەبوونی هەستی قووڵی خۆشەویستییەوە لای هاوسەرەکان، دوورکەوتنەوە و لەیەکبێزاربوونیش دێتە ئارا.

ئەگەر ئەم جۆرە خۆشەویستییە لە پەیوەندیی هاوسەرێتیدا هەبێت بێگومان چارەسەرێکی ئەفسوونیی دەوێت، تا جارێکی تر شەیدایی و خۆشەویستییەکی گەرموگوڕ کڵپە بسەنێتەوە، هەرچەندە ئەمە زۆر بەدەگمەن ڕوو دەدات، بەڵام دەشێت پاش ماوەیەک لە خۆشەویستیی بەتاڵ خۆشەویستیی پڕ لە هەستی قووڵ ببووژێتەوە، هەرچەندە دۆخی باو لەوەدایە، کە حاڵەتی خۆشەویستیی بەتاڵ لەدوای ماوەیەک لە خۆشەویستیی ئاساییەوە دێتە ئارا. ڕەنگە هەردوو لا هەستی خۆشەویستیی

١ بەڵام ئەو ڕستەیەی لە کلتووری کوردیدا بۆ ئەم حاڵەتە بەکار هێنراوە دەڵێت، " چی بکەین تازە مەجبوورین هەر چۆنێک بێت پێکەوە بژیین و یەکترمان خۆش بوێت "/وەرگێڕ.

بەتاڵ دایان بگرێت و دەکرێت یەکێکیان لە خۆشەویستیدا بێت و ئەوی تریان لە خۆشەویستیی بەتاڵدا.

خۆشەویستیی ڕۆمانسی :

خۆشەویستیی ڕۆمانسی (Romantic Love) بریتییە لە حاڵەتی سەرسامبوون لەگەڵ بوونی سۆزداری و خۆشەویستییەکی زۆر. وێڕای بوونی حەز و خواستی سێکسی بۆ کەسی خۆشەویست، واتە بارێکی خۆشەویستیی قووڵە لەنێوان دوو کەسدا لەگەڵ هەستکردندا بە پەیوەستییەکی ڕۆحی زۆر تۆکمە.

هەموو چیرۆکە ناسراوەکان لە کلتووری مرۆڤایەتیدا سەر بەم خۆشەویستییە ڕۆمانسییەن : ڕۆمیۆ و جولێت، لەیل و مەجنوون، شیرین و فەرهاد...هتد.

لە هەندێ باردا لەم جۆرە خۆشەویستییەدا بیرۆکەی پێکەوەپەیوەستبوون و ژیان بۆ ماوەیەکی درێژخایەن – وەک هاوسەرێتی – لەئارادا نابێت، بەڵام وێنەی زاڵ لەم پەیوەندییەدا، لایکەمی خواستی بۆ هەمیشە پێکەوەمانەوە و هاوسەرگیرییە. کەسانی ڕۆمانسی لە لووتکەی هەستوسۆزدان. هەرچەند هەندێک لە ترسی کوژانەوەی گڕی ئەو خۆشەویستییە جوانەدا دڵتەنگ دەبن و ئەم پرسیارە لەلایەنی بەرامبەریان دەکەن، "دواجار ئەم ئەشقەمان بە کوێ دەگات؟" بڕێکی زۆر لە نیگەرانی و هەڵچوون و دڵەڕاوکێ لەم خۆشەویستییەدا هەیە. سەرباری بە ئایدیالیستی ڕوانین بۆ خۆشەویست و چاوپۆشیکردن لە خەوشەکانی و ئەمەیش بە بارێک لە دڵگەرمی دادەنرێت، چوونکە هەردوو لا بەباشی یەکترییان نەناسیوە، بەتایبەتی لەسەرەتای پەیوەندییەکەدا و پێکەوە کێشە و گرفتەکانی ژیان تاقی نەکردۆتەوە و زیاتر بایەخ بە هەڵچوونی سۆز و ئەزموونکردنی هەست دەدرێت لەبریی بایەخدان بە خودی خۆشەویست، تا هەستەکان

گەرموگوڕتر بن. لەوانەیە خۆشەویستیی ڕۆمانسی کتوپڕ لەنێوان ژن و پیاودا ڕوو بدات و ڕەنگە دوای خۆشەویستییەکی ڕەمەکی بێت. کاتێک هەردوو لا یان یەکێیان هەست دەکەن ئەوەی لەنێوانیاندایە جەستە نییە بەڵکوو خۆشەویستییە. هەروەها ڕەنگە خۆشەویستیی ڕۆمانسی لەسەر بنچینەی پەیوەندیی هاوڕێیەتی ڕوو بدات و سەرەتا بەیەکسەرسامبوون و دواتر زۆر پێکەوەبوون چرای خۆشەویستییەکە دابگیرسێنێت. خۆشەویستیی ڕۆمانسی بەدیارترین جۆرەکانی خۆشەویستی دادەنرێت، بۆیە لەم کتێبەدا بەشێکی تایبەتمان بۆ تەرخان کردووە.

شێتیی خۆشەویستی :

گریکەکان بە خۆشەویستیی (Theia Mania)، واتە شێتیی خۆشەویستی ناو دەبەن، یان (Mandness From The God)، واتە شێتییەک لەلایەن خواوە. لە نیشانەکانی ئەم خۆشەویستییە کەسەکە بە شێوەیەکی دوودڵی، دڵەڕاوکێ، بە غیرەیەکی زۆرەوە بە خۆشەویستەکەیەوە پەیوەند دەبێت و دەیەوێت بەرامبەریش بەردەوام ئەوەی بۆ دووپات بکاتەوە، کە ئەویش ئەوی خۆش دەوێت، واتە ڕۆژانە چەندین جار لێی دەپرسێت،" من چۆن تۆم خۆش دەوێت تۆیش منت خۆش دەوێت؟" "سوێند دەخۆم تا ماویت منت خۆش دەوێت"...هتد.

لەسەرەتاوە ئەم ئەویندارانە لە دژی هەستکردن بە کەوتنە نێو خۆشەویستی دەوەستنەوە و لە ترسی ئەوەدا دەژی، کە یەکێکی زۆر زۆر خۆش بوێت بێئەوەی ئەو بەهەمان شێوە ئەمی خۆش بوێت، بەڵام لەناکاوڕا و وێڕای وریایی نەکەوتنە خۆشەویستییەوە، دەبینێت لە خۆشەویستیدایە و ئەو هەستی ترسەیشی لەو کەسە هەیە، کە خۆشی دەوێت. ئەوەی سەیرە لەم جۆرە خۆشەویستییەدا ئەوەیە لە هەندێ لێکۆڵینەوەدا.

لەوانەیش لێکۆڵینەوەکەی (پیل peel)، کردوویەتی تێبینی دەکرێت زۆرینەی حاڵەتەکان دەکەونە خۆشەویستیی کەسێتییەوە، کە لە واقیعدا بیریشیان لێ نەکردۆتەوە، بگرە وەک کەسێتییەک تەنانەت لە پەیوەندییەکی هاوڕێیەتیی ئاساییشدا بە دڵیان نییە و ڕەنگە حەزیش بەو پەیوەندییە نەکەن، بەڵام لەناکاودا دەبینن زۆر لەوە زیاتر خۆشیان دەوێت، کە بیریان لێ کردۆتەوە. ئەم توێژەرە دەڵێت، نیشانەکانی ئەم جۆرە خۆشەویستییە لە نیشانەکانی خووگرتن بە هیرۆیینەوە دەچێت و دەکرێت بیخەینە بازنەی خۆشەویستیی خووپێوەگرتنەوە – کە لە بەشی یەکەم و لە بابەتی تیۆرەکانی خۆشەویستیدا باسکراوە – زیاترین گوزارشتێکیش، کە لەم خۆشەویستییەدا دەکرێت هەردوو وشەی "خۆشم دەوێ، ڕقم لێیەتی" یە. ئەوینداری شێت پەیوەندییەکی دەوێت لایەنی جەستەیی تیایدا زاڵ بێت، لەبەرامبەریشدا نایەوێت بەرامبەری خواستی سێکسیی هەبێت، بەڵکوو دەیەوێت وەڵام دەرەوەی خواستە سێکسییەکانی ئەم بێت هەر کاتێک ویستی.

ئەم ئەویندارە شێتانە خۆشەویستێکی هێمن و بەئارامیان دەوێت، کە گوێیان لێ بگرن و لێیان تێبگەن پەرچەکرداریشیان لەگەڵ هەڵچوونی شێتانەی ئەویندارەکەدا عەقڵانی بێت و هەر بە هێمنی و ئارامی وەڵامیان بدەنەوە، ئەمە جگە لەوەی دەیەوێت خۆشەویستەکەی کەسێکی گۆشەگیر بێت لە ژیانی کۆمەڵایەتیدا، هەمیشە لەژێر دەسەڵاتیدا بێت، تەنها بۆ خۆی بێت، لە سەرەتادا ئەم جۆرە ئەویندارانە بەقورسی دەچنە نێو پەیوەندی خۆشەویستییەوە، دەشتوانن کۆنترۆڵی هەست و پێگەیان بکەن و لەوێوە هەنگاوێک دەنێن بۆ قسەکردن و دڵداری، دواتر لێرەوە دەوەستێت چوونکە پێی وایە دەبێ بەرامبەریشی پەیوەندیی پێوە بکات و لەگەڵیدا بکەوێتە دڵداری و قسەکردن، ئیتر ورەوری لەگەڵ ناخی خۆیدا بەردەوام دەبێت و پرسەکان لەناوەوەیدا

زۆر بەتوندی بەرز دەبنەوە، بۆیە زۆر زوو ئارامی لێ دەبڕێت و بێئۆقرە دەبێت و بەرلەوەی بەرامبەرەکەی هیچ قسەیەکی کردبێت ئەم پەیوەندیی پێوە دەکاتەوە و دەکەوێتەوە قسە و گفتوگۆ.

مەینەتی و دەردەسەریی ئەویندداری شێت لەوەدایە، کە دەیەوێت زۆر لە خۆشەویستەکەیەوە نزیک بێت، بەلام لەوە دەترسێت بۆی نەکرێت، بۆیە وردە وردە متمانەی بە خۆی و بە توانای لە وەستاندنی هەست و سۆز و کەوتنە بەرشەپۆلی ئەو ئەشقەوە نامێنێت.

سێ جۆر کەس تووشی ئەم خۆشەویستییە دەبن:

- مرۆڤی کەمتەمەن - لاو، تازەپێگەیشتوو - کە لەسەرەتای ژیانی سۆزدارییدا پێویستییەکی زۆری بە خۆشیی وروووژاندنی خۆشەویستی هەیە.

- کەسی دەروونئاڵۆزی نەخۆش بەڕاپایی.

- هەندێ لە وانەی لەناوەڕاستی تەمەندان، واتە ئەوانەی هاوسەرگیرییان کردووە، بەلام لە سۆزداری بێبەرین، ئەم کەسانە لە لاوان و تازەپێگەیشتووان زۆر گەرمتر دەکەونە ئەم خۆشەویستییەوە.

خۆشەویستیی ئازیز :

بە ئینگلیزی بە (Liking) ناو دەبرێت واتە هێندەی حەزی لێ بکات بەلایەوە ئازیز بێت و پێگەی تایبەتی هەبێت و تەنها بەو خۆشحاڵ و شادمان ببێت.

ئەم خۆشەویستییە پلەیەکی زۆر سادەیە لە پلەکانی خۆشەویستی و باشتر وایە بە "خۆشویستن" ناو ببرێت چوونکە نیشانەکانی بریتین لە خواستی لەگەڵ کەسێکدابوون بەبێ بوونی خۆشەویستیی تایبەت و حەزی سێکسی. خۆشویستنیش کۆمەڵێک

هەست و سۆزی قووڵە لە ئاکامی پێکەوەبوون و ئەزموونی نێوان پیاو و ژندا دروست دەبێت. لە هەستی هاوڕێیەتی دەچێت کە هەمیشە حەزکردن بەلەیەکنزیکی و پێکەوەبوون و هاوسۆزی و پەیوەستییەکی بەهێزی تێدایە بەبێ خواستی جۆشدار. زۆرێک لەو پەیوەندییانە سالانێک بەردەوام دەبێت و ڕەنگە ببێتە پەیوەندی ڕاستەقینەی خۆشەویستی، کە هەریەکە و بۆ خۆی بەجیا تیایدا دەژی. دیارە کۆمەڵگەی تەقلیدی، کە بڕوای بە هاوڕێیەتیی نێوان ژن و پیاو نییە ئەم جۆرە پەیوەندییەی خۆشەویستی، یان خۆشویستنە ڕەت دەکاتەوە.

ئەم پەیوەندییانە بڕێک لە هاوڕێیەتی و خۆشەویستییشدابین یان تێریش دەکات. زۆر کەسیش قەرەبوویەکی باشی تێدا دەبیننەوە. ڕەنگە چەندین ساڵیش بە هەمان ڕەوت و ئاڕاستەدا بەردەوام بێت، چوونکە هەردوو لایەنەکە تیایدا هەڵگری تۆوی خوشک و برایەتین، کە ڕێگرە لە هەر جووڵەیەکی ڕەمەکی، بەڵام هەندێ جاریش درێژەخایاندنی هاوڕێیەتییەکە دەبێتە هۆی پێکهێنانی پەیوەندییەکی قووڵ و دواجاریش دەبێتە خۆشەویستی.

خۆشەویستیی بەجۆش :

خۆشەویستی بەجۆش کە بە (Passionate Love)، ناسراوە لە هەموو خۆشەویستییەکانی تر بڵاوترە. بریتییە لە حاڵەتێکی گەرمی هەست و سۆزەکان، کە خواستی پێکەوەبوونی تێدایە لەگەڵ خۆشەویستی و ئامانجیش لێی تێرکردنی تەواوی سۆزداریی ڕەمەکی، عەقڵی و تەنانەت ڕۆحییش.

خۆشەویستییەکە، خاوەنەکەی هەست بە ڕادەیەکی زۆر لە وروژانی سێکسی دەکات و تەنانەت ئەگەر بە هۆی لەمپەر و ڕێگرییشەوە تێربوونێک ڕوو نەدات، یان ماوەی یەکترناسینەکە زۆر نەبووبێت، یاخود یەکترناسینەکە نەبووبێتە هۆی

لەیەکنزیکبوونێکی زۆریش. خاوەنی ئەم خۆشەویستییە بەجۆشە هەست بە چێژێکی زۆر قووڵ دەکات. خۆشەویستیی بەجۆش و سەرکەش سێ لایەنی بنچینەیی هەیە:

یەکەم: لایەنی دەرکپێکردن:

بریتییە لە فشاری بیرکردنەوە لەلایەن کەسی ئەویندار و دیدێکی ئەندێشەیی بۆ مەعشووق و خواستێکی زۆریش بۆ زیاتر و قووڵتر ناسینی خۆشەویست.

دووەم: لایەنی سۆزداری:

لە شێوەی دۆخی سەرنجراکێشانێکی گشتی و سێکسیدا دەبێت بەتایبەتی لەگەڵ هەستکردن بە نیگەرانییەکی زۆر و دوودڵی و ترس لەوەی ئیشەکان بەو ئاراستەیەدا نەچن، کە کەسی ئەویندار حەزی پێ دەکات. لەو قۆناغەی سۆزداریدا خواستێکی زۆر هەیە بۆ یەککگرتنی تەواو لەگەڵ مەعشووق و هەستکردن بە وروژانێکی زۆر بەجۆشی سێکسی.

سێیەم: لایەنی ڕەفتاری:

هەنگاونانی کردارییە بۆ ناسینی هەستی بەرامبەر و لێکدانەوە، یان لایکەمی بەدواداچوون و زانینی دەنگوباسی. یەکەم کەس کە لێکۆڵینەوەی لە خۆشەویستیی بەجۆش کردووە (ستاندال ١٧٨٣ - ١٨٤٢)، توێژەری فەرەنسییە کە پێی وایە خۆشەویستیی بەجۆش بە حەوت قۆناغدا تێدەپەڕێت:

١- قۆناغی ئەندێشە، خەیاڵ:

قۆناغێکە تیایدا ئەویندار شێوە و تواناکانی خۆشەویستەکەی هەڵدەسەنگێنێت و خەیاڵی بەختەوەریی لەگەڵدا بوون و نزیکی لێیەوە دای دەگرێت و وا هەست دەکان هیواکەی بەدی دێت و بە خەیاڵ دەکەوێتە پەیوەندیی دوولایەنەی سۆزدارییەوە، دواتر ئەم ئەویندارە چەندین هەڵوێست، یان ڕەفتاری ڕۆمانسییانە لەگەڵ خۆشەویستەکەیدا بە خەیاڵ دەنوێنێت. لە

قۆناغێکی پێشکەوتووتری خەیاڵەکەدا ئەم ئەویندارە دەچێتە قۆناغی کریستاڵییەوە، واتە حاڵەتی درەوشانەوەی زەینی و هەستکردن بە پەیوەندییەکەی بە خۆشەویستەکەیەوە، دەکەوێتە دۆخێکی پرشنگدانەوەی زەینیی سۆزداری هەرکات بیری لە خۆشەویستەکەی کردەوە، چێژێکی زۆر لەم خاڵە کریستاڵییە دەبینێت و ئەمەیش دوای پەرەسەندنێکی زۆر لە ئەندێشە و خەیاڵکردندا دێتە ئارا، بێگومان ئەم قۆناغە پشت دەبەستێت بە کەسێتی و هەستەکانی ئەویندار نەک واقیع و بارودۆخ.

٢- قۆناغی ئاگاداری:

قۆناغێکە کەسی ئەویندار دەیەوێت ئاگای لە خۆشەویستەکەی و ڕەفتار و سیفەتەکانی بێت و چەندە ئەو ئاگالێبوونەی زیاتر بێت هێندەیش خۆشەویستییەکەی زیاتر دەبێت، ئەم قۆناغی ئاگادارییە بژێوەدەری قۆناغی خەیاڵ و ئەندێشەکەیە.

٣- قۆناغی دڵنیانەبوون:

لەم قۆناغەدا کەسی ئەویندار دەکەوێتە گومان و دوودڵییەوە و پێویستیی بە دڵنیاکردنەوە دەبێت، تا خۆشەویستییەکەی بەردەوام بێت، ئەویندار لەم قۆناغەدا هەوڵی گەیشتنی بە شتێک لە ئەسڵی پرسەکە دەدات، بۆیە لە گێژاوی ئەو گومان و سۆراخکردنەدا کریستاڵیبوونەکە دەکوژێتەوە، ئەم کوژانەوەیەیش لەم قۆناغەدا بەسە بۆ کوشتنی هەست و ڕێگری لە پەرەسەندنی، بەڵام ئەویندار بەهیواداری، خۆی بارگاوی دەکاتەوە.

٤- قۆناغی هەوەسکاری:

کەسێک لە دۆخی خۆشەویستی بەجۆشدا بێت سێ حاڵەتی هەوەسکاریی بەسەردا دێت: یەکەم: هەستکردنە بەوەی ژیان بە وشەیەک، زەردەخەنەیەک و تەنانەت ئاوڕدانەوەیەکی خۆشەویستەوە بەستراوەتەوە و هەرکام لەوانە ڕوو بدات ئیتر دنیا و ژیان بەلایەوە جوان و دڵڕفێنە.

دووەم: چێژوەرگرتنە لە ئازارەکانی خۆشەویستی و هەستکردن بەوەی ڕادەی ئازارەکانی بەڵگەن بۆ ڕادەی بەختەوەری و خۆشەویستیی ڕاستەقینەی. هەندێ لە ئەویندداران بەختەوەریی ئازارچەشتن لەبیر خۆیان دەبەنەوە و پێیان وایە ناتوانن خۆیان لەبەردا ڕابگرن، بۆیە هەندێ جار بیر لە خۆکوشتن دەکەنەوە.

سێیەم: گەیشتنە بە ڕەشبینی. ئەویندار لەم بارەدا دنیای لێ تاریک و تاڵ دەبێت و هەستێک بە ناسۆر و بێبەهایی و بێئەرزشیی خۆی و دنیایش دای دەگرێت، لێرەدا ئەگەر هەیە خۆشەویستی بوەستێت و نەمێنێت. ڕەنگە لەدڵی ئەویندداردا بمێنێت، بەڵام بەبێ هیچ هیوا و ئاواتێک.

٥- قۆناغی ڕێککاری:

ئەویندار لەم قۆناغەدا بە ڕووی لاوازی و بێتوانایی لە ڕێکخستنی هەستەکانیدا دەوەستێتەوە، هەست بە هێزی پێویستیی سۆزداریی و فسیۆلۆژیی دەکات و هەستیش بەوە دەکات کە هەرچەندە خۆشەویستەکەی هیچ وەڵامێکی بۆی نییە، بەڵام ئەم ناتوانێت لە سەرنجڕاکێشانی خۆی قوتار بکات.

٦- قۆناغی بەردەوامی:

زۆرێک لە ئەویندارانی خۆشەویستیی بەجۆش ساڵانێک هەستەکانیان لە ناخیاندا دەمێنێتەوە. ستاندال دەڵێت،" هەندێک لەوانە بۆ ماوەی دوو ساڵ بەو ئازار و هەڵچوونەیانەوە دەمێننەوە.

٧- قۆناغی بەرەنگاربوونەوەی ئامانجەکە:

ئەویندداری خۆشەویستیی بەجۆش دەزانێت گرێی سێکس بەلایەوە پرسێکی بنچینەییە، بەڵام تاکە ئامانجی ئەو نییە، بەڵکوو ئامانجی ئاوێزانبوونی و یەکگرتنێکی تەواوە لەگەڵ خۆشەویستدا، ئیتر سێکس لەو نێوەندەدا ئامرازێکە بۆ بەدیهێنانی ئەو یەکگرتنە.

ڕەنگە لە هەندێ باردا خۆشەویستی بەجۆش بگاتە ڕادەی پەرستن. لە زۆر حاڵەتی ئەویندارانی مێژوودا ڕووی داوە، کە ڕۆح و ڕەمەک تێکەڵ بەیەک بوون.

خۆشەویستیی بەجۆش ڕادەیەک لەیەکچوونی ئەشقی خودایی تێدایە، چوونکە حاڵەتێکی عەقڵی ناخییە، کە پێی وایە مەعشووقەکەی بەختەوەریی ئایدیالیستییە لە ژیاندا. هاوکات پەرۆشی و گەرمییەکی هزری و ڕادەیەکیش سەرنجی هەرزەکاری لە خۆشەویستیی بەجۆشدا هەیە. ئەویندارى ئەم جۆرە خۆشەویستییە لە خۆشەویستەکەیدا شتێک دەبینێت بۆی دەبێتە هۆکاری هەڵاتن لە جیهانێکی خراپەوە بۆ جیهانێکی نموونەیی، کە خۆشەویستەکەیەتی..لە خۆشەویستیی بەجۆشدا ئەندێشە و خەیاڵکاری لای ئەویندار لە هەموو خۆشەویستییەکانی تردا فراوانترە، بەڵام هاوکات ئەم جۆرە ئەویندارانە لە بارێکی دەروونیی شپرزەدا دەبن، کە زوو زوو گۆڕانی بەسەردا دێت، واتە ساتێک شاد و بەختەوەرە و ساتێکیش خەمناک و نائومێدە و لە ترسی لەیەک دابڕان و هیوای بەیەک گەییشتنەوەدا دەبن. ئەویندارێکی هێندە بەئازارن بۆ سەرفرازبوونیان حەز بە مەرگی خۆیان دەکەن.

ئەویندارى خۆشەویستیی بەجۆش کەسێکی ڕەمەکی "غەریزەیی"یە و هەمیشە بە هیوای ئاوێزانبوونی جەستەییە لەگەڵ خۆشەویستەکەیدا، بەڵام لە هەمان کاتدا هێندە شکۆدارییی هەیە دەیەوێت لەپێناوی بەختەوەری و شادمانیی خۆشەویستەکەیدا بەختەوەری و پێویستی و تەنانەت خودی خۆیشی بکاتە قوربانی.

ئایا حاڵەتی خۆشەویستیی " نەبوونی خۆشەویستی" هەیە؟

نەبوونی خۆشەویستی (Non Love)، واتە بوونی کەسێک لەگەڵ

کەسێکی تردا بەبێ بوونی ڕقوکینە، هاوڕێیەتی، خۆشەویستی، هیچ شتێکی تر، واتە تۆ لە پەیوەندییەکی پێویستدا لەگەڵیاندایت، کە حەتمییە و بەڵام ئەوان بۆ تۆ هیچ ناگەیێنن، هەندێ جار ئەم حاڵەتە لەگەڵ هاوڕێی کاردا، لەگەڵ کەسانێکدایە سەردانی فەرمانگەکان دەکەن، فەرمانبەرێک، هاوڕێیەک...هتد. مرۆڤ چەندە عەقڵانی، پێگەیشتوو، بێکێشە بێت لە ژیانیدا هێندەیش دەتوانێت ئەوانە دەستنیشان بکات، کە دەکەونە بازنەی ئەم خۆشەویستییەوە، چەندەیش مرۆڤێکی هەوایی بێت هێندەیش بۆ بوونی هەست لە وەهمدا دەبێت. لە ڕاستییشدا لەم حاڵەتەدا پەیوەندیی لەگەڵ بەرامبەردا بە نەبوونی خۆشەویستی دادەنرێت. جێی باسە کە ئێمە وەک مرۆڤ زەحمەتە بتوانین لە ژیانی ڕۆژانەماندا هەستی نەبوونی خۆشەویستیی تەواو تەنانەت لەگەڵ خەڵکی ئاساییشدا دروست بکەین.

ئایا مرۆڤ لە ژیانیدا لەسەر یەک جۆر خۆشەویستی دەمێنێت؟

واقیعێک هەیە، کە لە ژیان و لەسەر ئاستی دەروونیماندا بەگشتی دەیزانین. ئەویش ئەوەیە مرۆڤ دوای ماوەیەک لە پێگەیشتن چەند خەسڵەتێکی دیاریکراوی لێ دەر دەکەوێت، واتە چەند ئاکار و نەریتێک لە شێوەی بیرکردنەوە، ڕەفتار، ئاڕاستەکانی، تەنانەت شێوازی گوزارشتکردن لە هەست و سۆزەکانیشی، زۆرێکیش بەزوویی ئەم حاڵەتانەی لێ دەر دەکەوێت، بەو مانایەی ئێمە زۆر جار دەبیستین فلانە کەس لە منداڵییەوە هەر وایە، کار قاییمە و هەست و سۆزەکانی ناخاتە ڕوو، یان کەسێکی زۆر بە هەست و سۆزە، زۆر ئیرەییبەرە... هتد بەڵام واقیعی چەسپاوتر لە بیرکردنەوەی دەروونیی تایبەت بە خۆشەویستی ئەوەیە خەسڵەتێکی نیمچەچەسپاو هەیە لە

گوزارشتکردنی گشتی لە هەست و سۆزەکان، بەلام واقعێکیش هەیە کە لەگەڵ گەشەسەندنی مرۆڤدا جۆری خۆشەویستییش دەگۆڕێت، زۆر فاکتەریش کاریگەرییان لەسەر گۆڕینی جۆری خۆشەویستی لای یەک مرۆڤ هەیە لەوانەیش، گەشەسەندن لە تەمەن و عەقڵ و هەست و سۆزەکان، یان هەلومەرجی نائاسایی وەک گۆڕانی کەسێتی خۆشەویستی ئێستا، یان هەلومەرجی ڕۆشنبیری، ئابووری، پیشەیی، یاخود تەنانەت تەندروستییش، کە بەسەر کەسەکەدا دێت.

بەلام جۆری خۆشەویستییەکە هەمیشە بەپێی گەشەسەندنی مرۆڤ پلەبەندیی نییە، بەو مانایەی دەکرێت مرۆڤ لە سەرەتای ژیانیدا لە خۆشەویستییەکی پاکدا بێت. دواتر لە تەمەنێکی پێگەیشتووتردا بچێتە نێو خۆشەویستییەکی تەواو ڕەمەکییەوە. هەروەها دەشێت مرۆڤێکیش بێت بە خۆشەویستییەکی شێتانە دەستی بە ژیان کردبێت، بەلام سالەکانی تری ژیانی بە خۆشەویستیی هاوسەرێتی بەسەر ببات و لەسەریشی ڕا بێت.

لەوەیش واقیعیتر لەبارەی سۆزداریی مرۆڤەوە ئەوەیە ڕەنگە لەمیانەی قۆناغەکانی تەمەنیەوە لە یەک کاتدا کۆمەڵێک خۆشەویستی تێکەڵ بەیەک بکات، واتە پەیوەندیی لەگەڵ دوو کەسدا هەبێت، بۆ نموونە ڕەنگە لەگەڵ هاوسەری هاوڕێیەکیدا لە خۆشەویستییەکی ڕۆمانسیدا بێت، لەگەڵ سکرتێرەکەیشیدا لە خۆشەویستییەکی ڕەمەکیدا بێت، هاوکات لە خۆشەویستیی سەقامگیری و ڕاهاتووییدا لەگەڵ هاوسەرەکەی خۆیشیدا تێربوونێکی باش پڕ بکاتەوە. خۆ ئەگەر بەم حاڵەتەی بزانرێت و سەرپشکی بکەیت لە ڕەتکردنەوە و وازهێنانی لە دوو جۆریان بێگومان بەلایەوە زەحمەت دەبێت ئەگەر هەڵبژاردنیشی بخەیتە بەردەست ئەوکات ئازار دەکێشێت، ئەوانەی لە یەک کاتدا لە جۆرێک خۆشەویستی زیاتردان، حاڵەتی دوو خۆشەویستە

پێکەوە. هاوسەرەکەی کە خۆشەویستیی ڕاهاتن و هاوسەرێتییە، خۆشەویستییەکی تری ڕۆمانسی و ڕەمەکیش.

جێی باسە زۆرێک لە پیاوانی پێگەیشتوو لەوانەی هاوسەرگیرییان نەکردووە، هۆکاری هاوسەرگیری نەکردنیان دەگەڕێتەوە بۆ تێگەیشتنیان لە باری کۆکردنەوەی زیاتر لە جۆرێک خۆشەویستی وەک شێوەیەک لە هەست و سۆزەکانیاندا، بۆیە خۆیان لە هاوسەرگیری دوور دەگرن نەبادا بە گەمەکار، یان بە ناپاک دابنرێن[١]

ئایا دڵ لە یەک کاتدا دوو کەسی خۆش دەوێت؟

ڕاوبۆچوونی جیاواز هەیە لە بارەی خۆشویستنی دوو کەسەوە لە یەک کاتدا.ڕای دیار لەم پرسەدا دەڵێت، ڕەنگە کەسەکە یەکێکی خۆش بوێت و لە وەهمی خۆشویستنی یەکێکی تریشدا بێت.

بەڵام ڕوو دەدات مرۆڤ دوو کەسی خۆش بوێت، ئەمەیش دەگەڕێتەوە بۆ ئەوەی ئەو کەسە یان خاوەنی ڕۆحی خۆشویستن و دڵێکی باش و فراوانە کە جێی زیاتر لە خۆشەویستێکی تێدا دەبێتەوە و بە کردەیی دەتوانێت ئەوینداری دوو کەس و زیاتریش بێت، بەڵام بێگومانە کە ڕێز و خۆشەویستی بۆ یەکێکیان لەوانی تر زیاترە، چوونکە دڵ مەیلدارە و نابێتە تەرازوو. کەسانێک هەن کە یەکێکیان خۆش ویست بە موڵکی خۆیانی دەزانن و چاویان تەنها لەسەر ئەوە، ئەو جۆرە ئەویندارانە ناتوانن دوو کەسیان خۆش بوێت و مەیلی زیاتریان بەلای یەکێکیاندا زیاتر بێت.

---

١ . مەبەستی نووسەر ئەوەیە کەسێک لە حاڵەتی خۆشەویستیدایە و بە هۆیەوە ناتوانێت لەگەڵ کەسێکی تردا هاوسەرگیری بکات، چوونکە هەرکات پێیزانرا لەلایەنی خۆشەویستەکەیە و لەلایەن هاوسەرەکەیشیەوە بە ناپاک دادەنرێت، ئەمە بۆ هەردوو ڕەگەزە/وەرگێڕ

یەکێک لە هۆکارەکانی خۆشویستنی دوو کەس تەواوکردنی کەموکورتییە، چوونکە مرۆڤ ڕەنگە چەند سیفەتێک لەو کەسەدا ببینێت، کە خۆشی دەوێت و لەوەی تریاندا نییە، کە هاوکات ئەویشی خۆش دەوێت. ڕاوبۆچوونێکی ئیسلامی هەیە دەڵێت دەکرێت کەسێک لەیەک کاتدا چەند کەسێکی خۆش بوێت و پێدەچێت ئەم بۆچوونە ڕاڤە بێت بۆ توانای فرەژنی و خۆشەویستنی هەموویان لە یەک کاتدا.

ئایا دەتوانین لە یەک کاتدا لە خۆشەویستی و لە ڕقیشدا بین ؟

ناکرێت خۆشەویستی و ڕق لە یەک کاتدا کۆبێتەوە مەگەر ئەو کەسە تووشی جووتکەسێتی هاتبێت. ئەوەی ڕوو دەدات ئەوەیە کە ئەویندار کەسێکی خۆش دەوێت، بەڵام ڕقی لە ئاکارێکی دەبێتەوە، یان لە ڕەفتار و هەڵسوکەوتێکی تووڕەیە. لە هەردوو حاڵەتەکەیشدا کەسەکە بە وشەی "ڕق" گوزارشتی لێ دەکات، چوونکە ئەم وشەی ڕقە هاومانای بەرامبەری ئەو خۆشەویستییەیە کە هەستی پێ دەکات.

خۆشەویستی تەواوکار :

هەموو مرۆڤێک کەموکورتی هەیە. مرۆڤیش بە هۆی خۆشەویستی خۆی و پێوستیی بۆ کەماڵ، بێگومان هەوڵ دەدات بە هاوسەرێکی ژیان کەموکورتییەکانی پڕ بکاتەوە و کیانی خۆی وەک مرۆڤێک پێ تەواو بکات.

ڕەنگە پیاوێکی ناشیرین پەیوەندیی لەگەڵ ژنێکی جواندا هەبێت، ژنێکی نەزان بە پیاوێکی ڕۆشنبیرەوە، دەوڵەمەند بە هەژارەوە و پلەبەندییەکی زۆر هەیە، کە هەندێکیان تایبەتن بە

شێوە و ڕوخسار و دۆخی کۆمەڵایەتی و فیکری و چینایەتییەوە. ڕەنگە ئەم پرسە بە هەست و دەشێت بە نەستیش بکرێت.

جیاوازیی نێوان خۆشەویستی و بەزەیی چییە؟

مرۆڤ پێویستیی بەوەیە وردبینیی هەستەکانی لە ئاستی بەرامبەریدا بکات، چوونکە زۆر جار هەستێک دامان دەگرێت، کە هەستی بەزەییە و پێمان وایە خۆشەویستییە. بارودۆخی خراپ و نەرێنیی وەک نەخۆشی، نەداری، بارودۆخی دەروونی و کۆمەڵایەتی و ستەم و چەوسانەوە. لە ئاستی ئەمانەدا مرۆڤ هەستی بەزەیی دەجووڵێت و ڕەنگە بە هەستی خۆشەویستی بزانێت. دەشێت هەردوو لا ئەم تێکەڵکردنە بکەن و دەکرێت لایەکیان، دیارە دوای نەمانی ئەو بارودۆخە یان لە ئاکامی وریابوونەوەیەکی شیکارییەوە هەردووکیان یان یەکێکیان ئەو هەستە ڕاستەقینەیەیان بۆ دەر بکەوێت. گرفتی ڕاستەقینە لەوەدایە کە دواجار ڕەنگە ئەو هەستە کەسەکە بگەیێنێتە شەرمەزاربوون یان بەردەوامبوون لەوەی کە لە خۆشەویستیدایە.

ئایا پیاو ژنی لەشفرۆشی خۆش دەوێت ئەگەر بە کاتییش بێت؟

بەڵێ ڕەنگە هەندێ کەس لەشفرۆشیان نەک بە کاتی بەڵکوو بۆ هەمیشەیش خۆش بوێت.

خۆشویستی لەشفرۆش بە شێوەیەکی کاتییش ڕەنگە خۆشەویستییەکی ڕاستەقینە بێت و دەشێت وەهمی خۆشەویستی بێت بۆ پاساودانی کاری سێکسی، بەڵام ڕوو دەدات پیاوێک بەڕاستی ژنێکی لەشفرۆشی خۆش بوێت و ئەوەیش دەگەڕێتەوە بۆ هەقیقەتی خۆشەویستی ڕاستگۆیانەی بەرمەبنای یەکگرتنی

ڕۆحەکان نەک جەستە. مرۆڤ بە خۆشەویستیی ڕاستەقینە زۆرێک لە پرسە لاوەکییەکان لەبیر خۆی دەباتەوە و بە هەندیان وەر ناگرێت. ژن و پیاو بە خۆشەویستیی ڕاستگۆیانە ڕۆحیان پێک دەگەێنن لەو پەیوەندییە ڕۆحی و ئەشقەدا گەنج دەبنەوە تەنانەت ئەگەر جەستەیان لاواز و ڕوخساریشیان چرچولۆچیی تێکەوتبێت. بۆیە پیاو هەیە ئەویندارى ڕۆحی لەشفرۆش دەبێت بەچاوپۆشی لەو جەستەیەی چەندین پیاو بینیویانە، پیاویش هەیە دەیەوێت بە خۆشەویستی خراپەکاری ئەو ژنە لەشفرۆشە پاک بکاتەوە و بەو کارەیشی دەستکەوتی دەروونی و سۆزداریی بەدەست بێنێت، هەندێکیش دەیەوێت ژنێکی بەئەزموونی لەو جۆرە تەنها بۆ خۆی بێت ئەگەر بە نەستیش ئەو کارە بکات.

بۆچی لەنێوان بەڕێوەبەر و سکرتێرەکەیدا خۆشەویستییەکی ناچاری دروست دەبێت؟(دیارە مەبەست لە بەڕێوەبەری پیاو و سکرتێری ژنە/وەرگێڕ)

ئەو پەیوەندییەی لە شێوەی هاوسۆزیدا لەنێوان بەڕێوەبەر و سکرتێرەکەیدا خۆی دەسەپێنێت بەم هۆکارانەوەیە:

- مانەوەیان لە زۆرینەی کاتەکاندا لەنزیکی یەک، کە جۆرێک لە ئولفەتپێکەوەگرتنی تێدا دەبێت.

- هەردوو لا یەکتری بە ڕتووشێکی باشی شێوە و سەلیقە و ڕەفتارجوانی لە باشترین حاڵەتدا دەبینن.

-کاری سکرتێرە خزمەتکردنی بەڕێوەبەرە و بەو کارەیش ڕۆڵی هاوشێوەی هاوسەر دەبینێت. بەو جۆرەیش هەستی هاوسەرێتی و خێزانداری دێتە نێو پەیوەندییەکەوە.

- لە زۆرینەی بارەکاندا بەڕێوەبەر خۆی سکرتێرەکەی دەستنیشان دەکات، بێگومان کەسێک دادەنێت بە دڵی بێت و ئەوەیش دەبێتە تووێک بۆ سەرکێشانی بەدڵبوونەکە بۆ پرسی

ئاڵۆزتـر.

- ئەگـەر سـکرتێرە هەسـت بـکات بوونـی ئـەو پەیوەنـدی بـە بەختەوەربوونـی بەڕێوەبەرەکەیـەوە هەیـە، ڕەنگـە لەپێنـاوی مانـەوەی لـەو ئیشـە و بژێـوی ژیانیشـیدا بێت، بەئاگایـی بێت یـان بـە فێڵ و تەگبیر، هەوڵـی فریودان و شـادمانکردنی بەڕێوەبەرەکەی بـدات.

ئایا کەسێک هەیە نەتوانێت خۆشەویستی بکات؟

زۆر کەمن. بەلام هەن(پاول pawell (1991 لە کتێبە بەناوبانگەکەیدا :، بۆچی لە خۆشەویستی دەترسم؟"دەلێت " ئەوانەی ناتوانن خۆشەویستی بکەن ناتوانن نە خۆیان خۆش بوێت و نە لە کەسیش ببوورن و لە پەیامە ئاسمانییەکان و هەقیقەتی خۆشەویستیی پەروەردگاریش تێناگەن"

هەرکەس نەتوانێت خۆشەویستی بکات ناتوانێت هاوڕێیەتش بکات و ناشتوانێت هەستی دایکایەتی، باوکایەتی، برایەتی پێک بهێنێت و مرۆڤێکی زۆر نەخۆشە، بۆ ئەوەی لە کەسی لەو جۆرەیش تێبگەیت دەبێ لە گرێ دەروونییەکانی تێبگەیت، گرێی هەستکردن بە تاوانباری، ترسەکانی، منداڵیی، پەیوەندیی بە خۆیەوە، کۆگاکراوی دڵودەروون و ناخی(عەقڵی باتینی).

هەموو مرۆڤێک بە کەسێتییەکەوە لەدای کدەبێت، کە ئامادەیی تێدایە بۆ خۆشەویستی، بەلام ئەوە کۆمەڵگەیە بە شێوەیەک، بە جۆرێک ئەو ئامادەییە دروست دەکات و ئەزموونەکانیش تاموچێژی تایبەت دەدەن بە ئاراستەگیریی مرۆڤ بەرەو خۆشەویستی. لە پێگەیشتنماندا برینە بە ئازارەکانی سەردەمی منداڵییە شێوەی ئاراستەگیریمان بەرەو خۆشەویستی دروست دەکەن، برینەکانی سەردەمی منداڵی زۆرترین کاریگەرییان لەسەر

پەیوەندیمان بە خودی خۆیشمانەوە هەیە، بۆیە چارەسەرکردنی ئەوانەی ناتوانن خۆشەویستی بکەن چارەسەرێکی گەورە و فرەیە، بەڵام هەنگاوی سەرەکیی قبوڵکردنی مرۆڤەکە خۆی و پاداشتکردنێتی بە خۆشەویستی.

کەسێک نەتوانێت خۆشەویستی بکات ڕەنگە پێویستیی بە هاوڕێیەک هەبێت یارمەتیدەری بێت لە شکاندنی تەلیسمەکە و بەربەستەکانی نێو دڵی، ڕەنگە پێویستی بە شارەزایەکی دەروونی هەبێت. هەرچەندە لۆژیکە مرۆییەکە بۆ چارەسەر پێمان دەڵێت مرۆڤی لەوجۆرە پێوستی بە هەردووکیان هەیە، واتە هاوڕێ و شارەزا دەرونیەکەیش.

پەیوەندیی مرۆڤ بە خۆیەوە چەندە کاریگەریی لەسەر ئاڕاستەی سۆزداری دەبێت؟

هەموو لێکۆڵینەوە تایبەتەکان بە پەیوەندیی کەسێتیەوە بە خۆشەویستیەوە تەئکید دەکەنەوە کە، پەیوەندیی مرۆڤ بە خودی خۆیەوە ڕۆڵی گەورە دەبینێت لە ئاڕاستە و هاوکات شێوازی خۆشەویستیکردنی. ئەو ڕاپرسییانەی بۆ ئەم مەبەستە کراون و پێوەری تایبەتیان بە خۆشەویستی و کەسێتی بەکار هێناوە، تێبینییان کردووە لە پەیوەندیی مرۆڤ بە خۆی و سۆزداریشیەوە. چەند پرسێکی سەرەکی هەیە، کە کاریگەرییان لەسەر شێوازی سۆزدارییەکەی دەبێت:

أ- جۆری کۆنترۆڵ:

خەڵکانێک هەن دەتوانن بەسەر ناوەوەی خۆیاندا زاڵ بن، کۆنترۆڵی ناوەکییان هەیە، ئەمانە کەسانێکی بەهێزن و دەتوانن کۆنترۆڵی سۆزداری و هەڵوێستی سۆزدارییەکەیان و تەنانەت خۆشەویستەکەیشیان بکەن. خەڵکیش هەن کۆنترۆڵی دەرەکییان هەیە و ئەمانە ئەو جۆرە کەسانەن بەئاسانی دەکەونە ژێر

کاریگەریی هەلومەرجی دەرەکی و دەوروبەر، یان کەسێکی تر و ئەم پرسانە سۆزداری و شێوازی خۆشەویستیشی دەجووڵێنن. ئەمانەن کە وەک لەدەستدانی ئەو کۆنترۆڵەی خۆیان دەڵێن، "کەوتینە خۆشەویستییەوە" وەک بڵێن، "تووش بووین".

ب- متمانە بە خود:

ئەو جۆرە کەسانەی متمانەی باشیان بە خودی خۆیان هەیە، زیاتریش دەتوانن گوزارشت لە خۆشەویست و خۆشەویستی و متمانە بکەن و ڕێزی زیاتریش لە خۆشەویستەکەیان دەگرن بە بەراورد بەوانەی متمانەی باشیان بە خۆیان نییە، بەڵام لێکۆڵینەوە سەلماندوویانە، کە تەنها هەستکردنی مرۆڤ بەوەی، کە بەلای کەسانێکەوە خۆشەویستە بەسە بۆ ئەوەی متمانە بە خۆی پەیدا بکات و ورەی بەرز بکاتەوە.

هەموو لێکۆڵینەوەکان خۆڕسکانە و خۆکردانە تەبان لەوەدا، کە متمانە بە خود هەموو ڕەنگدانەوە ئەرێنییەکانی ژیان لەگەڵ خۆیدا دەهێنێت بە توانای خۆشویستن و خۆشەویستییشەوە، بۆیە زۆرینەی لێکۆڵینەوەکانیش لەبارەی کاریگەریی بێمتمانەییەوە کراون، لە لێکۆڵینەوە بایەخدەرەکانیشدا بەوردبوونەوە لە کاریگەریی بێمتمانەیی لەسەر خۆشەویستی لای مرۆڤ، دەر کەوتووە ئەو کەسانەی متمانەی کەمیان بە خۆیان هەیە پەیوەندیی سۆزداریشیان لەوانە کەمترە، کە متمانەی زیاتریان بە خۆیان هەیە، چوونکە ئەوانەی متمانەی کەمتریان بە خۆیان هەیە لە ڕووی کۆمەڵایەتییشەوە بەهرەیان کەم ترە و کەمتواناتریشن لە کارلێکی کەسێتی لەگەڵ کەسانی تردا. لێکۆڵینەوەکان تێبینییان کردووە ژنێک متمانەی بە خۆی کەمبێت ڕەخنەی بۆ ڕەگەزی بەرامبەری و بۆ پەیوەندییەکانی خۆشەویستییش لە دەوروبەریدا زۆر دەبێت.

توێژینەوەکان لە کتێبی سایکۆلۆژیای خۆشەویستیدا جەخت

لەوە دەکەنەوە، کە ئەوانەی متمانەیان بە خۆیان کەمە کاتێک دەکەونە پەیوەندیی سۆزدارییەوە لەوانە ئەرێنیترن و ڕێزی زیاتریش لە خۆشەویستەکەیان دەگرن، کە متمانەیان بە خۆیان هەیە.

ج- ئەنگێزەی بەرگریکاری:

یەکێک لە پرسە گرنگەکان لە پەیوەندیی مرۆڤدا بە خۆیەوە ڕادە و ئاستی خواست و ئەنگێزەی بەرگریکارییە لای، پلەی ئەم خواستە ئاراستەی سۆزداریی مرۆڤ دیاری دەکات، لێکۆڵینەوەکان پێمان دەڵێن مرۆڤ چەندە ئەم خواست و ئەنێزەی بەرگریکردنەی لە خۆی کەمتر بێت توانای لە خۆشەویستیدا زیاتر دەبێت.

ئەوانەیشی لە ڕەفتار و ئەنگێزەی بەرگریلەخۆکردندا زیادەڕەون لە زۆرینەی بارەکاندا و بۆ خۆپاراستن لە ئازاری خۆشەویستی خۆیان لە پەیوەندیی سۆزداری دوور دەگرن، هاوکات هەست و بەخششی خۆشەویستیشیان کەمترە. پێش چوونە نێو هەر ئەزموونێکی سۆزدارییشەوە دوودڵی و گومانێکی زۆر داین دەگرێت.

د- واقیعیبوون:

واقیعیبوونی وزە و تواکانت بە شێوەیەک لە شێوەکان کار دەکاتە سەر ئاراستەی سۆزداریت. لێکۆڵینەوەکان دەڵێن، کەسانی زۆر واقیعی لە کەسانی تری ناواقیعی لە خۆشەویستی و ئەزموونەکانیدا تێرتر و ئەرێنیترن و سوودی زیاتر لە ئەزموونە سۆزدارییەکانی پێشوویان وەر دەگرن، ئەمانە کەسانێکی کرداریتر، خەیاڵمەندترن لە خۆشەویستیدا و لەوانەیش کەمتر پشت بە خۆشەویستەکەیان دەبەستن، کە لەگەڵ خۆیاندا واقیعی نین.

ئایا پەیوەندییەک هەیە لەنێوان کەسێتی خۆشەویست و هەستکردن بەتەنیاییدا؟

وەک بنەمایەک، هەستکردن بەتەنیایی و دەورچۆڵی هاوڕێی هەموو ئەویندارانە، ئەویش بەو هۆیەوە کە هەستی خۆشەویستی مرۆڤ لە ئاستی هەموو گۆڕانەکانی دەوروبەریدا هەرچەند سادەوساکاریش بن ناسک و هەستیار دەکات. مرۆڤ لە دۆخی خۆشەویستیدا هەرکات لە خۆشەویستەکەی دوور بێت هەست بەتەنیایی دەکات ئەگەر دابڕانەکە بۆ یەک ڕۆژیش بێت لە کارکردندا، بەڵام هەستکردن بەتەنیایی لە کاتێکدا زۆر ناخۆش و توند دەبێت، کە مرۆڤ بێخۆشەویست بێت، چوونکە لە تەنیاییەکدا دەبێت چاوەڕوانیی ژوانێکی نزیک یان دووری لێ ناکرێت، زۆرکەسیش تەنها لەتاو ئازار و مەینەتییەکانی تەنیاییدا پەنا بۆ خۆشەویستی دەبەن، هەر تەنیاییشە مرۆڤ دەخاتە پەیوەندییەکەوە ئەگەر چی زۆر جیددی و پرسۆزیش نەبێت. بەپێی لێکۆڵینەوەی دوو توێژەر تێبینی کراوە ئەو کەسێتییانەی شێتگیرانە و بێهوودەن لە خۆشەویستیدا – کە پێشتر باسمان کردوون - ئەمانە هەست بەتەنیاییەکی زۆر دەکەن و دەشێت زۆر نزیکی و ئاوێزانبوونیشیان لەگەڵ ڕەگەزی بەرامبەریاندا پەیوەندیی بەخۆشەویستییەوە نەبێت هێندەی هەڵهاتن بێت لە تەنیایی،(Rotenberg and Kovol 1995).

بۆ ئەوەی واقیعی بین دەبێ بکەوینە بەرامبەر واقیعێکی تری پەیوەند بە سروشتی مرۆڤەوە، کە بریتییە لە ترسان لە تەنیایی. مرۆڤ هەر بە سروشتی گشتی حەوسەڵەی تەنیایی نییە و پێویستیی بە هاوەڵێک هەیە، بۆیە پێمان وایە سیستمی هاوسەرگیری و خێزان و هاوڕێیەتی و هەموو فۆرمەکانی پێکەوە کۆبوونەوەی مرۆڤەکان بنچینەکەیان هەڵهاتنە لە هەستکردن بەتەنیایی. کەواتە هەستکردن بەتەنیایی حاڵەتێکی

ئاساییە و هەوڵدانیش بۆ خۆدوورگرتن لێی هەر ئاساییە. بەڵام وردبوونەوە و لێکدانەوەی چەند پرسێکی تری هاوبەش و چەند هۆکارێکی تری لۆژیکیی بەستنی هەر پەیوەندییەکی تر وێڕای هۆکاری تەنیاییەکە، گرنگە.

گۆڕانی کەسێتیی خۆشەویست لە نەرمونیانییەوە بۆ دڵڕەقی چۆن لێک بدەینەوە؟

خەڵک هەن تەنانەت لە خۆشەویستییشدا توند و دڵڕەقن. خەڵکانی تریش هەن بەپێچەوانەوە لە دۆخی خۆشەویستیدا زۆر میهرەبان و نەرمونیان و بەسۆزن، جۆرێکیش هەن لەو نێوەندەدان و جارێک بەسۆز و میهرەبان و تاوێکیش توند و دڵڕەقن و ئەمەیش پرسیارەکەمانە.

کەسێتیی لەو جۆرە هاوبەشی سۆزداری دەخاتە ململانێیەکی توندی دەروونییەوە و خۆیشی بە هۆی گۆڕانی ڕەفتارییەوە دەرهەق بە خۆشەویستەکەی تووشی ئازار دەبێت. – پێمان وایە – بنچینەی گۆڕانی سۆزداریی لەو کەسێتییەدا دەگەڕێتەوە بۆ تۆوی بنچینەیی تێگەیشتن لە خۆشەویستی، کە لە سەردەمی منداڵیدا لەو کەسێتییەدا چێنراوە. ئەو دایکەی جارێک لە منداڵەکەی دەدات و جارێکیش لەئامێزی دەگرێت، منداڵەکەی وا لێ دەکات وا تێ بگات خۆشەویستی دوو ئاراستەیە: سۆز و دڵڕەقی و ئەم تێگەیشتنەیش لەگەڵیدا گەورە دەبێت.

هاوکات ئەو منداڵەیش، کە جارێک سزا دەدرێت و دواتریش لەباوەش دەگیرێت و بەقوربانی دەبن و نازی دەکێشرێت. دەبینین جارێک دایکی زۆر خۆش دەوێت و جاری وایش هەیە گەر بۆی بکرێت سزای دەدات، بێگومان هەندێ جار ئەم ئاراستەیە لە ناخیدا بە هۆکاری ڕاهاتنی نەستەکییەوە لەگەڵیدا گەورە دەبێت. کەسی لەو جۆرە تووشی ئازارچەشتن و مەینەتی دەبێت، بەڵام

هەرگیز نازانێت بۆچی وایە. لە چارەسەرکردنیشدا گەڕانەوە بۆ سەردەمی منالّی ڕەت دەکاتەوە،چوونکە گەڕانەوەی بۆ منالّی دەیخاتە بەر ڕووبەڕووبوونەوەی کێشەی پەروەردە، کە تیایدا وێنەیەکی نموونەیی- ئایدیالیستی – بەرپرسیارە، کە دایکێتی.

بۆچی هەندێکەس ناتوانن بەبێ پەیوەندیی سۆزداری بژین؟

خۆشەویستی و پەیوەندیی سۆزداری دوو پێویستین بۆ هەموو مرۆڤێکی ئاسایی. هەندێ لە توێژەرانی بواری خۆشەویستی جەخت دەکەنەوە، کە خۆشەویستیش وەک هەموو ڕەمەکەکانی تری مانەوە ڕەمەکێکی خۆڕسکییە و لەگەڵ لەدایکبوونماندا لەگەڵماندایە.

بەلاّم لۆژیکی دەروونیی دروست پێی وایە، کە دەبێ مرۆڤ لە دەستنیشانکردنی عەقڵ و سۆزیدا سەرپشک بێت، بەو مانایەی مرۆڤ بۆ ئەوە بە کەسێکەوە ئولفەت ناگرێت، کە بەبێ پەیوەندیی خۆشەویستی ناتوانێت بژی. لە ڕاستییشدا خەڵکانێک هەن ناتوانن بەبێ پەیوەندیی سۆزداری بمێننەوە و هەرکات پەیوەندییەکەیان نەما تووشی گرژی و ئالۆزی دەبن و ناچار خۆیان دەخەنە نێو پەیوەندییەکی ترەوە تەنها بۆ ئەوەی پەیوەندییەکی هەبێت ئەگەر چی خواستەکانیشی تێر نەکات. ئەم جۆرە کەسانە هەمیشە لە گرژی و ئالۆزیی دەروونیدان و هەندێ لەو گرژی و ئالۆزییانەیش بریتین لە:

گرژی و ئالۆزییەک، کە دەگاتەوە بە لەدەستچوونی ئارامی و دڵنیایی لە قۆناغی منداڵیدا، وەک ئەوەی لە کاتی منالّییدا بەتەنیا جێ هێڵرابێت و جارێک لە جاران بە هۆی ئامادەنەبوونی دایکیەوە تووشی ترسان هاتبێت، یان دەشێت دیسان لە دەرەنجامی ئامادەنەبوونی دایکیدا دووچاری ئەزموونی ناخۆشی وەک دەستدرێژیکردنەسەر، یان لێدانی لەلایەن خزمەتکارەوە

هاتبێت. نەبوونی ئارامی و دڵنیایی بە هۆی نەبوون یان ئامادەنەبوونی دایكەوە ئەگەری هەیە لە ناخی كەسەكەدا گەورە بێت لە تەمەنی پێگەیشتنیدا هەست بە گرژی و ئاڵۆزی دەروونی نەستەكی بكات ئەگەر لە پەیوەندییەكدا نەبێت. تێبینی دەكرێت ئەم جۆرە كەسانە تەنها بە كۆتاییهاتنی پەیوەندییەكە هەست بە ترس و نادڵنیایی دەكات و لەپێناوی دڵنیابوونەوە و سەقامگیریی دەروونیدا دەیەوێت زۆر بەخێرایی بچێتە پەیوەندییەكی ترەوە.. پەیوەندییش هەیە لەنێوان متمانەبەخۆكردن و زۆریی پەیوەندییە سۆزدارییەكانی كەسێكەوە. لە توێژینەوەیەكی (گرینفیلد) لە ساڵی ١٩٥٦ دا، دەر كەوتووە كە هاوبەندییەكی تەواو هەیە لەنێوان كەممتمانەیی بە خود و زۆریی پەیوەندییە سۆزدارییەكان، ئەو كەسەی متمانەی بە خۆی كەمە بەبێ بوونی كەسێك لەنزیكیەوە هەست بە دڵنیایی و تاموچێژی ژیانیش ناكات، دیارە ئێمە لێرەدا باس لە مرۆڤێك دەكەین بە هۆی لاوازییەوە هەمیشە پێویستیی بە پەیوەندیی سۆزداری هەیە نەك كەسێكی گەمەكار، كە ئەمیان باس و كۆمەڵێك شیكاری تایبەت بە خۆی هەیە.

بۆچی هەندێكەس چەندە لە خۆشەویستییشدا بن، بەڵام وشكن و گوزارشت لە سۆزەكانیان ناكەن؟

مرۆڤ خواستی لەوەیە لە زۆر سەرچاوەوە خەسڵەتەكانی كەسێتیی پێك بهێنێت. ئەزموونەكانی منداڵی، بەتایبەتی ئەزموونە خراپ و ناخۆشەكان سەرچاوەیەكی سەرەكین و لە دەروونناسیدا ئەم مەسەلەیە یەكلایی كراوەتەوە و جیاوازییەكە، كە هەبێت تەنها لە ڕادە و پلەی كاریگەریی ئەزموونەكاندایە. كە هەندێك پێیان وایە قۆناغی منداڵی كاریگەریی زۆری هەیە و هەندێكیش دەڵێن پێویست بە زۆر وردبوونەوە و زیادەڕەوی ناكات، بەڵام ئەگەر هەیە ئەزموونە خراپەكانی منالی كاریگەرییان لەسەر

خەسڵەتەکانی کەسێتی هەبێت. ئەو ئەزموونانە وەک هێما لە ناخدا – لە عەقڵی ناوەکیدا – کۆگا دەکرێن و دواتر ڕەفتارەکانی مرۆڤیان لەسەر گشتگیر دەکرێت.

لەبارەی ئەو کەسێتییانەوە، کە هەستەکانیان دەشارنەوە و بێدەنگن و وێڕای ناخۆشی چەشتنیان کەچی هەستەکانیان دەر نابڕن، ئێمە پێمان وایە ئەو حاڵەتە ڕەنگدانەوەیەکی زۆر توندی سەردەمی منداڵییەتی، واتە کاتی پاشەڕۆکردن، کە بەتوندی دەپێچرێتەوە و حەفازەی پێ هەڵدەگیرێت. پرسی ڕێگری لە میزبەخۆداکردن لە نوێندا، یان حەفازە پێ هەڵگرتن بەتایبەتی لە کاتی لابردنی حەفازەکە و پاککردنەوەیدا ڕەنگە بەلای هەندێکەوە ڕاهێنانێکی ئاسایی سادەوساکار بێت، بەڵام لە ڕاستیدا بۆ منداڵەکە دەردەسەرییەکی ناخۆشە. هەندێ لە دایکان بە هۆی خەسڵەتی کەسێتییانەوە بێت یان بەو بڕوایەی بە پاکڕاگرتنیان بەو جۆرە پێچانەوەیە یارمەتیی منداڵەکەیان دەدەن، لە ڕاستییدا سزایان دەدەن و ئەگەر خۆیشیان تەڕ و پیس بکەن دەیشکێننەوە، لە ترسی ئەو ئازار و سزایەش ڕەنگە منداڵ هەوڵ بدات خۆی قاییم ڕابگرێت، بەڵام بە هۆی بە ئاگاییەوە لە جووڵەی ناوسکی دیسان ئازار دەچێژێتەوە و ڕێگریش دەبێت لە یاریکردنی. ئیتر ئەو ڕێگرییە ناخۆشە ڕەنگە هەموو شتێکی تری منداڵەکە بگرێتەوە بە هەست و سۆزەکانیشیەوە.

لە منداڵیی پاکوبێگەردا فێڵی تریش هەیە، کە منداڵ بەنیازپاکی دەیکات بۆ ئەوەی سەرنجی دایکی بەلای خۆیدا ڕابکێشێت، لەوانەیش میز و پیسایی نەکردن، تا دایکەکە بکەوێتە نیگەرانی بەوەی منداڵەکە شتێکی بەسەر هاتووە و ئەو حاڵەتەی سروشتی نییە و بەو هۆیەشەوە زیاتر لێی نزیک بێتەوە. ڕەنگە کەسانی گەورەیش بەنەستەکی" لا شعوری" ئەم فێڵە بکەن، بەڵام لە شێوەی دەر نەبڕینی سۆزی بۆ ئەوەی سەرنجی خۆشەویستەکەی

بەلای خۆیدا ڕابکێشێت، یان زیاتر دڵی لای بێت و خۆشی بوێت.

منداڵ بە زۆر هۆکارەوە ڕەنگە زوو فێری ئەوەیش بێت، کە تا سزای دایکی نەدات سۆزی خۆی دەر نەبڕێت، بۆ نموونە ئەو وەک منداڵێک پێی وا دەبێت دایکی شایستەی ئەو سزایەیە، بۆیە گەورە دەبێت و بەو جۆرە ڕادێت، کە سۆزی خۆی بۆ هیچ ژنێک دەر نەبڕێت و بە هیچ ژنێکیشی نەدات. هەستی دەر نەبڕینی هەست و سۆزەکان و دڵڕەقینواندن لە سزادانی منداڵی گرینۆک و ڕقلێبوونەوەی و بەلاوازدانانییەوە سەرچاوە دەگرێت و ئەم بارە زیاتر بە کوڕ دەکرێت، بەتایبەتی لە کۆمەڵگەی خۆرهەڵاتیدا، وەک پێشتریش ئاماژەمان پێ دا ڕستە و دەستەواژەی، "وەک ژن مەگری" دەستەواژەیەکە لە بنچینەدا لای زۆرینەی پیاوەکان دڵڕەقی و وشکی و بێدەنگی ناهێنێتە ئارا لە خۆشەویستیدا.

بۆچی هەندێک لە خۆشەویستیدا لاواز و داماو دەر دەکەون؟

لاوازی لە خۆشەویستیدا بە ڕادەیەکی دیاریکراو ئاسایی و قبوڵ کراوە، چوونکە سروشتی هەست و سۆزەکان کێماسییەک لە تواناکاندا دێننە ئارا. سۆز هەیە مرۆڤ بە هێز و توانا دەکات وەک، سۆز بۆ نیشتیمان کە وا دەکات مرۆڤ خۆی بکاتە قوربانی. خۆشەویستیی ئەوینداربوونیش هەیە کە مرۆڤ لاواز دەکات و سەرتاپای بوونی دەگۆڕێت، چوونکە سۆزی خۆشەویستی هەمیشە ڕادەستبوون و نیگەرانی و ترسی دابڕان و لەدەستدانی خۆشەویستی و خەم و ناسۆری بێتامبوونی ژیانی بەبێ ئەو لەگەڵدایە، وێڕای چەندین هەستی تر، کە دواجار مرۆڤ لاواز دەکەن، بەڵام ئەم لاوازییەی مرۆڤ لە خۆشەویستیدا لە دوو پرسدا زیاتر دەر دەکەوێت، یەکەمیان: زیزبوونی خۆشەویستە. دووەمیش: ترسی دابڕان و لەدەستچوونی، لەو دوو بارەدا کەسەکە لاواز و تەنانەت کورد واتەنی داماو دەبێت، بەتایبەتی

لـە کاتـی پاڕانەوەیـدا، کـە لـەو زیزبوونـەی ئاشـت بێتـەوە، یـان پاڕانـەوە بـۆ ئـەوەی جێی نەهێڵێت.

بـەڵام ئێمـە لـە پرسـی خۆشەویسـتیدا لـە قبوڵکـردن یـان بەهەندوەرگرتنی لاوازیی خۆشەویستدا جیاوازیمان هەیە. هەندێ ئـەو لاوازییـە بـە لووتکـەی خۆشەویسـتی دادەنێت. ئەمەشـیان تایبەتـە بە لاوازبوونـی ژن لەتـاو خۆشەویسـتی لەبـەردەم پیـاودا. هەندێکـی تـر پێیـان وایـە لاوازبوونـی خۆشەویسـت دامـاوی و ملکەچـی و زەلیلـی و شـلۆقبوونی کەسـێتییەو ئەمەیشـیان ئـەو لاوازیەیـە پیـاو لـە ئاسـتی ژنـدا دەینوێنێـت.

کەواتـە لـە ڕادەی قبوڵکردنـی لاوازیـی خۆشەویسـتدا لـە کەسێتیدا جیـاوازی هەیـە. وێـڕای جیـاوازی لـە ڕادە و هۆکارەکانـی لاوازی لای هەنـدێ لـە ئەوینـداران.

لە ڕاستییشـدا هەندێ ڕادە و پلـەی لاوازی هەیـە بە نەخۆشـی دادەنرێـت، بەتایبەتـی کـە دەبینیـن ژنێـک یـان پیاوێـک لـە ژیانـی ڕۆژانـەدا زۆر بەتوانـا و بەهێـزە، بـەڵام لەنـاکاودا لـە ئاسـتی خۆشەویسـتیدا بـەو پـەڕی بێئیرادەیـی و لاوازی دەبینرێـت.

لاوازیـی بـە نەخۆشـی دانـراو و هـاوکات زەلیلـی لـە بـاری خۆشەویسـتیدا دەشـێت ڕەنگدانـەوەی تێکچوونـی دەروونـی بێـت لـە کەسـێتیدا. دەشـێت کەسـێتی زەلیلبـووی لاوازی تێکشـکاو لـە خۆشەویسـتیدا ڕەنگدانـەوەی قۆناغـی منداڵییەکـی نادروسـت بێت، کە تیایـدا منداڵ بەدەست زیزبوونـی دایکـی تـا ڕادەی نەدواندنـی و پشتگوێخسـتنی، تا ڕووخان تووشـی ئازار و ئەشـکەنجە هاتبێت،یان ڕەنگدانـەوەی منداڵییەکـە تیایـدا سـەرزەنشـتی زۆر کـراوە، کـورد واتەنـی ڕیسـوا کـراوە و بـە هەڕەشـەی جێهێشـتن ترسـێنراوە، ئیـدی ئەو منداڵە بەو حاڵەتـەوە گـەورە دەبێت و لـە نەستیشـیدا ملکەچـی و زەلیلـی و ترسـی دابـڕان گـەورە دەبێت.. هـاوکات پەروەردەیـش لـە قۆناغـی منالییـدا ڕەنگـە لـە مرۆڤـدا خواسـتی خۆسـزادان و

خۆئەشکەنجەدان و خۆ ڕیسواکردن دروست بکات ئەویش بە هۆکاری دووبارەکردنەوەی سەرزەنشت و شایستەیی بە سزادان، کە دایک یان باوک دەرهەق بە مناڵ دەیکەن، ئیتر گەورە دەبێت و لە ناخیدا ، " من خراپم، من شایستەی سزادانم" لەگەڵیدا گەورە دەبێت و خۆشەویست جێگەی دایک دەگرێتەوە.

مرۆڤی ئیرۆتیکی "غەریزی" کێیە؟

ئەویندارانی ئیرۆتیکی(erotic lovers)،ئەو کەسانەن پێیان وایە مناڵییەکی بەختەوەرانە ژیاون، ئەوان لە کاتی باسکردنی ژیانیاندا ئەو حاڵەتەی خۆیان ڕادەگەێنن بە چاوپۆشی لە ڕاستی یان ناڕاستیی مەسەلەکە. ئەم کەسانە - بە شێوەیەکی گشتی - خواستی سەرچڵیکردن و بەرەنگاربوونەوەی هەموو مەترسییەکانی خۆشەویستییان هەیە، بەڵام لە هەڵوێستەکانی تردا خۆیان ناخەنە ئەو مەترسییانەوە، واتە ئەوان ڕەنگە خۆیان نەخەنە سەرچڵییەکی دەریاییەوە، بەڵام لەپێناوی خۆشەویستیدا ڕەنگە بە دیوارێکدا هەڵزنێن، تا بچنە ژووری خۆشەویستەکەیانەوە، یان تەنانەت سەرباری بوونی کۆتوبەندە کۆمەڵایەتییەکان دەستیشی بۆ ببەن.

روخسار و هەڵچوونەکانیان لە کاتی بینینی کەسانێکدا بە دڵیان بێت هەر زوو ئەویندارانی ئیرۆتیکی دەخەنە ڕوو. ئەم جۆرە کەسێتییە کە شێوەی کەسێکیان بە دڵ دەبێت بە ناسینێکی ئاساییەوە ناوەستن و زۆر بەخێرایی دەیانەوێت هەموو وردەکارییەکانی کەسێتیی بزانن، بەتایبەتی کە بە هۆی ئەو بینینەوە دەهەژێن و کەسەکەیان خۆش دەوێت، هاوکات دەیانەوێت هەرچی زووترە جەستەی خۆشەویستەکەیان بە ڕووتی ببینن.

ئەویندارانی ئیرۆتیکی بە جەربەزەیی لە ڕەفتاردا بەناوبانگن،

کە جەربەزەییەکە گوزارشتە لە حەز و ئارەزوویان و بە قسە بێت یان بە جەستەیان هەستی حەز و ئارەزووەکەیان بۆ ئەو کەسە دەر دەبڕن، کە خۆشیان دەوێت. ئەمانە سەرباری ئەوەی ڕەمەکییان کۆنترۆڵی ڕەفتاریان دەکات، هاوکات پەیوەندییەکی فراوان و گەرم و قووڵیشیان دەوێت، خۆشەویستێکیشیان ناوێت ئیرەییبەر بێت و بیەوێت بەسەریاندا زاڵبێت و بکەوێتە چاودێریی هەڵسوکەوت و ڕەفتاریان. لە پێوانە دەروونییەکاندا و بەتایبەتی لە پێوەری "أیزنک"دا بۆ کەسێتی، ئەم جۆرە ئەویندارە ئیرۆتیکی انە، تا ڕادەیەکی زۆر کراوە و ڕوو خۆشن.(1982Lester and philbrick).

ئەویندارى ئیرۆتیکیی بێهوودە کێیە؟

ئەو کەسەی بە کەسێتیی خۆشەویستیی ئیرۆتیکی بێهوودە دادەنرێت. بە تێکەڵکردنی ئیرۆتیک بە بێهوودەیی لە "شێتی خۆشەویستی" دەچێت، بەڵام بە شێوەیەکی جیاواز. ئەم جۆرە کەسانە دەتوانن خۆیان لەگەڵ کێشەکانی ژیاندا بگونجێنن. بەوەیش دەناسرێنەوە کەسانێکی هاوەڵدۆستن و بەئاسانی مامەڵەیان لەگەڵدا دەکرێت، بەڵام حەزیان لە زۆرترین ئەزموونی سۆزدارییە و دەتوانن چێژ و خۆشی لە زۆر کەسێتی و زۆر جەستەی لەیەک جیاواز وەر بگرن.

بەلای ئەمانەوە خۆشەویستی بەشێکی بنچینەییە لە ژیانیان تەنانەت ئەگەر لە ژیانیشدا سۆزداریی تایبەتیان نەبێت، چێژ و خۆشی لە خۆشەویستی وەر دەگرن و بە بەشێکی دانەبڕاوی دەزانن لە ژیاندا و وەک شتێکی جوان، وەک تابلۆیەکی هونەری دەڕواننە خۆشەویستی، ئەمجۆرە کەسانە دەیانەوێت کەسانی بەرامبەریشیان بێکێشە و تێکەوتنی سۆزداری چێژ لە ساتەوەختەکانی خۆشەویستی ببینن. لە شێوازی

گوزارشتکردنیاندا لە هەستەکانیان دەر دەکەوێت کە هەموو سۆزی خۆیان نابەخشن بە ئەوانەی خۆشیان دەوێت و جۆرێکن لەوانەی نایانەوێت بەرامبەریان بزانن ئەمان لە خۆشەویستیدا نوقم بوون. لە خۆشەویستیدا خۆیان لە غیرە و دڵەڕاوکێ دوور دەگرن و هەر کاتیش هەستیان کرد خۆشەویستی و غیرە و دڵەڕاوکێ هاتۆتە نێو پەیوەندییەکەیانەوە، یان چێژ و خۆشی لە پەیوەندییەکەیاندا نەماوە، کۆتایی بە پەیوەندیەکەیان دەهێنن.

خۆشەویستی بەلای ئەم جۆرە کەسێتییانەوە شتێکی ئەفرێنەرانەی هەمیشە نوێ و پڕ لە خۆشییە، کە دەبێ هەردوو لا پێکەوە چێژ و خۆشیی لێ ببینن. خۆ ئەگەر لایەکیان لەو چێژ و خۆشییە وەستان دەبێ هەرچی زووترە کۆتایی پێ بێنن.

کەسی هاوەڵدۆستی بێهوودە کێیە؟

تێکەڵەی هاوەڵدۆستی بێهوودە کەسانێکی باشن، بەڵام خۆشەویستییەکیان دەوێت بێ هاوسەرگیری بێت. ئەم جۆرە کەسانە باشترین نموونەی پەیوەندی بەلایانەوە پەیوەندییە کورتخایەنەکانە و پەیوەندیی درێژخایەن و ئەو پەیوەندییانە بەباش نازانن، کە بە هاوسەرگیری دەگەن. لای ئەمانە بۆ مانەوە لە پەیوەندیدا پێویست بەوە ناکات بە قووڵی بکەویتە خۆشەویستییەوە. ئەم جۆرە کەسێتییانە ڕەنگە لە پەیوەندییەکی ئارام و سەقامگیردا بن، واتە هاوسەردار بن و پەیوەندییەکی تریشیان هەبێت. تێبینی کراوە ئەمانە ئەگەر دەرفەتی پەیوەندییەکیان بۆ بڕەخسێت لەدەستی خۆیانی نادەن و چێژی خۆشیی لێ وەر دەگرن و ژیانی ئاساییشیان دەگوزەرێت و هەردوو حاڵەتەکە هاوسەنگ دەکەن. لە ژیانی سۆزدارییاندا هیچ زاڵبوون و ئیرەییبردنێک ناکەن و ئەگەر لایەنی بەرامبەریش بەو جۆرە بوو، ئەمان بەبێ ڕاگەیاندنی لە پەیوەندییەکە دەر دەچن،

یان بەیەکجاری کۆتایی پێ دێنن. لە کاتی بوونی پەیوەندییەکی ئارام و چەسپاویشدا ئەگەر هەستیان کرد لە پەیوەندییەکەی تریاندا، واتە پەیوەندیی دووەمیان، نیشانەی جیددییەت و خۆشەویستیی گەرم هەیە، ئەوا لەو پەیوەندییە دەر دەچن.

ئەم جۆرە کەسانە بەگەرمی و بەقووڵی گوزارشت لە سۆزەکانیان ناکەن و هەرگیز سۆزێکی زۆریان دەر نابڕن و پەیمانی ئاییندەیی نادەن. بەڵکوو بەردەوام دووجۆر کەسێتیی لەیەک جیاواز بەباش دەزانن، یەکێکیان بۆ پەیوەندییەکی بەردەوام و ئەوی تریان کاتی، بە شێوەیەکی ئاسایی لە پەیوەندییە کاتییەکەدا کەسێتییەکی باش و سەقامگیر و پەیوەندییە زیادەکەیش کەسێتی تیایدا چالاکە، بە زۆری ئەم کەسانە نموونەی کەسانی هاوسەردارن و بە درێژاییی تەمەنیان دەکەونە نێو چەندەها پەیوەندیی سۆزدارییەوە.

هاوەڵدۆستی ڕەمەکی "ئیرۆتیکی" کێیە؟

ئەم جۆرە خۆشەویستییە زیاتر لەنێوان پیاو و ژندایە، ئەمانە کەسانێکن دەیانەوێت لە حاڵەتی ئارامی و سەقامگیریدا بن، بەڵام زۆر پەیوەندن بە سێکس و تێربوونی جەستەیییەوە و بە (strogic Eros)، ناو دەبرێن. ئەم کەسانە وا دەبینن کە منداڵییان مانایەکی هەبووە ئیتر منداڵییەکی بەختەوەرانە بووبێت یان پڕ لە ناسۆر، بەڵام ئەمانە پێمان دەڵێن کە شتێک لە منداڵییان فێر بوون.

هاوەڵدۆستانی ئیرۆتیکی گەیشتوونەتە خودقەناعەتێک بەوەی خۆشەویستی پێویستییە لەگەڵ پێگەیشتن و تێرکردنی ژیانیان، ئەمانە وێنەیەکی دیاریکراویان بۆ خۆشەویستەکەیان نییە و بەلایانەوە هەموو کەسێک شایستەی خۆشویستنە، بەڵام هاوکات کەسانی ناشیرینیان بە دڵ نییە و بەمەیش هەست بە تاوانباری

دەکەن. ئەمان پێیان وایە خۆشەویستی ئەرکە و دەبێ بدرێت بە ئەوانەی لە کاتی خۆیدا پێویستییان پێیەتی، بۆیە هەمیشە بەختەوەرن کاتێک هەست دەکەن کەسێک هیی ئەوانە. لە هەمان کاتدا هەست بە غیرە و دڵەڕاوکێش ناکەن.

لەو پرسانەی لەبارەی ئەم جۆرە کەسانەوە زانراوە، ئەوەیە کە بەبێ هەڵانانەوە پاشەکشێ دەکەن هەرکات زانییان لایەنی بەرامبەریان خۆشەویستێکی لەوان باشتریان دۆزیوەتەوە، یان لەوان زیاتر بەختەوەری دەکەن. ئەمان زۆر لە خۆشەویستیان ناکەن خۆشەویستییان بۆ دەر بخەن، سەرباری حەزی زۆریشیان لە سێکس، بەڵام زۆر سوور نین لەسەری، چوونکە لای ئەمان هەست و سۆزی گەرم و ناسک لە خۆشەویستییەکە گرنگترە، شاردنەوەی خۆشەویستی و کارکردن بۆ ئەوەی خۆشەویست هەست بەوە بکات لەوە بەباشتر دەزانن لە خۆشەویستیدا زیادەڕۆ بن و دەری ببڕن.

کەسی هەست و سۆز بێهوودە کامەیە؟

کەسی بێهوودە، گەمەکار، یان ئەوەی بە (Ludus) ، واتە کەسێک تەنها بۆ خۆشی خۆشەویستی بکات ناسراون، کەسێکە بڕوای وایە قۆناغی منالّیی ئاسایی بووە، بەڵام پێگەیشتنی پڕ مەینەتی و ناسۆر بووە و لە ژیانێکی ناهەمواردایە،ئەم جۆرە کەسانە لە زۆرینەی بارەکاندا ناتوانن بچنە پەیوەندیی خۆشەویستییەوە، کەسێکن ئارەزوومەندی حەز و چێژ و بە باشدانانی کەسێکی دیاریکراو نین و بەلایانەوە هەموو جەستەکان وەک یەکن بۆ کەمەندکێشکردنی حەز و ئارەزووەکان. کەسی لەم جۆرە بەلایەوە ئاساییە هەرجارە و کەسێکی بە دڵ بێت و جەستەی ژنێک سەرنجی ڕابکێشێت، بۆیە دەبینین هەرجارە و پەیوەندیی بە کەسێکەوەیە و ئەگەر لە پەیوەندییەکی بەردەوام و ئارامیشدا

بێت، بەڵام بەلایانەوە ئاساییە بچنە پەیوەندیی زیاترەوە.

لە واقیعی کرداریدا هیچ شتێک نایانورووژێنێت و ناکەونە خۆشەویستیی ڕاستەقینەوە هەرچەند هەندێجار لەو وەهمەدان، کە لە باری خۆشەویستیدا دەبن، نەخشە دانان بۆ ئایندە بە پێویست و شتێک نازانن شایستەی گفتوگۆ لەبارەوەکردن بێت، چونکە ئەو خۆشەویستییە لە ویژدانیاندا بەشێک لە ئاییندەیان نییە. بەمەبەستی خۆدوورگرتنیش لە تووشبوونیان بە سۆزێکی بەهێز لەگەڵیاندا، خۆیان لە زۆر دیتنی ئەو کەسانە دوور دەگرن کە پەیوەندییان لەگەڵیاندا هەیە، بەڕوونی خۆیان لە هاوبەشی سۆزداریی خاوەنغیرەیان تەریک دەگرن، چوونکە پێیان وایە خۆشی و چێژی خۆشەویستییان تێک دەدەن. ئەمانە پێیان وایە خۆشەویستنی چەند کەسێک لە یەک کاتدا نە هەڵەیە و نە دژ بە یەکیشن، بگرە ئەگەر کەسێکیان خۆش بوێت ڕەنگە لەگەڵیدا زۆر باش بن ئەگەر هاوکات پەیوەندییان لەگەڵ کەسێکی تریشدا هەبێت.

سێکس بەلای ئەمانەوە تەنها بۆ خۆشی و ڕابواردنە نەک گوزارشتێک بێت لە هەست و سۆز و هاوشێوەکانیان و پێیشیان وا نییە خۆشەویستی و سێکس دوو پرسی زۆر گرنگی ژیانن.

ئەویندارى خووگرتوو کێیە؟

ئەویندارى خووگرتوو ئەو کەسەیە وەک خووگرتوو بە ماددەی هۆشبەرەوە مامەڵە لەگەڵ خۆشەویستیدا دەکات. ئەم ئەویندارە، وەک ئامرازێک بۆ هەڵاتن لە کێشەکانی ژیان و گرفتە دەروونییەکان، کە بۆی چارەسەر ناکرێن، هەوڵ بۆ خۆشەویستی دەدات، پەیوەندییەکی زۆر بەهێز و تۆکمەیش لەگەڵ خۆشەویستەکەیدا دەبەستێت، کە دەگاتە ئاستی پشتبەستنی تەواو لەپێناوی هەستکردنیدا بەو پەڕی خۆشگوزەرانی و هاوسەنگیی

سۆزداری و عەقڵی.. ئەم ئەویندارە زۆر بەلایەوە پێویست نییە لە پەیوەندیی خۆشەویستیدا بەختەوەری و چێژ بەدەست بێنێت.. بگرە ڕەنگە تووشی ئازار و ئەشکەنجەیش بێت، بەڵام وەک کەسی خووگرتوو بە ماددەی هۆشبەرەوە، کە دەستبەرداری ماددەکە نابێت، ئەمیش دەستبەرداری خۆشەویستییەکەی نابێت. ئەم ئەویندارە دەزانێت لەنێوەندایە و بڕوایشی بە بێتوانایی خۆی هەیە و دەزانێت پەیوەندییەکەی هەژموونێکی تەواوی تیایە، کە ناچاری دەکات لەسەر بەردەوامبوونی لە خۆشەویستی، ئەمەیش هەمان ڕۆحییەتی خووگرتوو و پەیوەندییەتی بە ماددە هۆشبەرەکەیەوە. ئەوینداری خووگرتوو بە هەستی نادڵنیاییەوە دەژی، تا ئەو دڵنیاییەیشی دەست دەکەوێت خۆشەویستەکەی لە جیهانی دەرەکی دادەبڕێت، بە هەمان شێوەی خووگرتووەوە بە ماددەی هۆشبەرەوە، کە خۆی لە خەڵکی دوور دەخاتەوە، ئەوینداری خووگرتوو لە نیگەرانیی بێبەریبووندا دەژی و بەردەوام داوای خۆشەویستیی زیاتر و زیاتر لە خۆشەویستەکەی دەکات، ئەمەیش هاوشێوەی ڕۆحییەتی داواکاریی بڕێک زیاترە لەوەی، کە خووگرتووان بە ماددەی هۆشبەرەوە بەردەوام داوای دەکەن. ئەوینداری خووگرتوو کەسێکی دڵتەنگ و خەمناکە و ئەو کەسەیش وەک خۆی لێ دەکات، کە پەیوەندیی لەگەڵدا هەیە، دواجار بە ترسی هەژمووونداری و گومان و هەندێجاریش توندوتیژییەوە پەیوەندیەکە بەڕێوە دەبات.

مرۆڤی ماڵی، یان خاوەنخۆشەویستیی ڕاهاتن کامەیە؟

ئەو کەسەی مەیلی لە جۆرێک خۆشەویستی بێت، کە دەرەنجامی لەیەک ڕاهاتن و پێکەوەبوونە، یان ئەو کەسەی ئەو سۆزدارییە بە ڕاستودروست دەزانێت، کە لە سایەی هاوسەرێتیدا پێ دەگات. لە زۆر باردا کەسێکە لە خێزان و خانەوادەیەکی گەورەدا

پەروەردە بووە، کە هەموو سۆزیان بۆ یەکتری هەیە، یان لە ژینگەیەکی پڕ لە یەکتری خۆشویستن و لەیەک تێگەیشتندا بووە. ئەم کەسە ماڵدۆستە زۆر جار لە کۆمەڵێک پەیوەندیی بەهێز و گەرموگوڕی هاوڕێیەتیدایە، یان سەرقاڵە بە چەندین چالاکیی کۆمەڵایەتییەوە.

نە جەستە و نە شێوەیەکی دیاریکراو ئەم جۆرە خۆشەویستانە ناورووژێنێت، ئەوەی بەلای ئەمانەوە گرنگە پێکەوەبوونە و ئیتر ئەو کەسەی لەگەڵیاندایە جوان بێت یان ناشیرین گرنگ ئەوەیە بیانورووژێنێت و تێریان بکات، مەسەلەی بەردەوامبوونیان لەگەڵ کەسێکدا پەیوەندە بە هەلومەرجەوە، واتە لە حاڵەتی خۆشەویستیدا ڕادەستی هەلومەرجە کۆمەڵایەتییەکە دەبن و ئەگەر کەسوکاریان خۆشەویستەکەیان بە دڵ نەبێت ملیان بۆ دەدەن، لەو جۆرە کەسانە نین هەوڵ بدەن لەسەر حیسابی کەسوکار و کۆمەڵگەیش بێت خۆشەویستییان دەست کەوێت.

ئەم کەسێتییانە لە دانیشتنی تایبەتی خۆیاندا زیاتر حەز بە قسەکردن لە پرسە هاوبەشەکانی نێوان خۆیان و خۆشەویستەکانیان دەکەن، وەک قسەکردن لەبارەی منداڵ و ماڵ و بودجەی گوزەران و بژێوی ژیان، نەک قسەکردن لە هەست و سۆزەکانیان.

لەگەڵ پێگەیشتن و بەرەوپێشچوونی پەیوەندییەکەیاندا تووشی برێک ڕاڕایی دەبن، بەڵام نایانەوێت دەری بخەن و بنچینەی ڕاڕاییەکەیشیان ترسانە لە لەدەستچوونی خۆشەویست، یان هاوسەری ژیانیان، بۆیە وەک وەڵامێک بۆ ئەو ڕاڕاییە سۆزی زیاتر دەر دەبڕن.

ئەمانە وا بەباش دەزانن پەیوەندییەکە بە هاوڕێیەتی دەست پێ بکات پێش ئەوەی ببێتە پەیوەندیی خۆشەویستی و جەستەیی. بەبێ هاوڕێیەتی و پەیوەندییەکی گەرمی سۆزدارییش سێکس

قبوڵ ناکەن. خۆشەویستیی پێگەیشتوو و قسەوباسی دڵداری لای ئەم جۆرە کەسێتییانە بنچینە نییە، بەڵکوو هەستی هاوڕێیەتی گەرموگوڕ و پەیوەندیی خێزانی بەهێزیان بەلاوە گرنگترە.

کێن ئەوانەی لە خۆشەویستیدا خاوەنی کەسێتیی کردارین؟

ئەم کرداریيە عەقڵانییە لۆژیکییانە، کە بە (Pragma) واتە، کرداری ناسراون، بایەخ بە سەردەمی منداڵی و ژیانی ئێستایشیان نادەن. خۆیان بە کەسانێکی پێگەیشتوو و بەتوانا دەزانن لە بەدیهێنانی ئامانجەکانیان، چوونکە خاوەنی توانای حاڵەتێکی دیارن. لە گۆشەنیگای خۆشەویستانی کرداریيەوە سۆراخکردنی هاوبەشی سۆزداری گرفتێکی کرداریيە، کە دەکرێت بە هەوڵ و تێکۆشانی لۆژیکی چارەسەر بکرێت. لەنێو کەسانی نزیک و دەوروبەریان، لە هاوڕێ و خزم و دۆستانی ژیانی کۆمەلایەتییان لە هاوبەشی سۆزداری بێت یان هاوسەری ژیانیان دەگەڕێن.

ئەمان پێیان باشە هاوبەشی سۆزدارییان لە پێگەیەکی کۆمەلایەتیدا بن، تا بتوانن حوکمێکی لۆژیکی لەسەر جۆری هاوبەشەکەیان بدەن، تێبینی دەکرێت دەتوانن خاڵی لاوازی و هەڵە سەرەکییەکانی ئەو کەسە دیاری بکەن، کە دەیانەوێت، کەسانێکی وریا و لەسەر خۆن و خۆشەویستەکەیان، یان نەخشە و پلانی ئاییندەیان لەگەڵ بەرامبەردا ناخەنە ڕوو، تا وەک پێویست لێی نەکۆڵنەوە.

حەزیان لە دەرخستنی زیادلەپێویستی هەست و سۆزەکانیان نییە، بەتایبەتی هەستی غیرە و ئیرەیی، هاوکات دەشتوانن نیشانە و ئاماژەی بایەخ و گرنگیدان دەر بخەن و پێیان باشە پرسەکە وردە وردە بەرەو بالا بچێت.

بەلای ئەم کەسێتییانەوە تەبایی سێکسی گرنگە.. چوونکە وەک حەز و ئارەزوویەکی ڕەمەکی و بایۆلۆژی ناڕواننە

سێکس هێندەی وەک دەرخستنی بەهـرە و کارامەیـی سێکسـی تەماشـای دەکـەن، هـەر وەک پێیـان باشـە لایەنـی بەرامبەریـش لـە خۆشـەویستیدا وەک ئەمـان بەهرەمەنـد و کارامـە بـن. گـەڕان بەدوای هاوبەشێکی سۆزداری گونجـاو بەلایانـەوە گرنگـە، بـەڵام ئەگـەر کەسێکی لـەو جۆرەیـان دەسـت نەکـەوت، کـە دەیانەوێت، یـان کەسـێکی لەوجۆرەیـان دەسـتکەوت بـەڵام ئـەو ئەمانـی بـەدڵ نەبێت، یـان بـارودۆخ ڕێگـەی پەیوەنـدی بەسـتنی لەگـەڵ نـەدا، ئـەوکات ژیـان لایـان لەسـەر کەسـێک ناوەسـتێت، چوونکـە بـەلای ئەمانـەوە کەسێک نییە شایستەی ئـەوە بێت تـەواوی ژیانـی بـۆ بکرێـت بـە قوربانـی.

شێتیی خۆشەویستی کێیە؟

ئـەو کەسـەی شـێوازی خۆشەویسـتیی شـێتانە پەیـڕەو دەکات کەسـێکە منالّییەکـی ناشـادی بـووە و تەنانـەت لـە تەمەنـی پێگەیشتنیشـیدا بـە کەسـێکی تەنیـا دادەنرێـت، لـێ لەسـەر ئاسـتی ئیشـوکار نائومێـدە و بـە دڵ کارەکـەی نەکـردووە.

ئـەم جـۆرە کەسـێتییانە لـە ناخیانـەوە سـوورن لەسـەر چوونەنێودنیـای خۆشەویسـتییەوە، بـەڵام ترسـی ئەوەیـان هەیـە خۆشەویسـتی ببێتـە ئـازار و مەینەتـی بۆیـان، یـان بەلایانـەوە زەحمـەت بێـت بگـەن بـە خۆشەویسـتی و لێیشـی دەترسـن و ناشـتوانن بـەری بکـەون.

ئـەم کەسـانە دڵنیـا نیـن لـەوەی چ جـۆرە کەسـێتییەک جێـی سـەرنجن و دەتوانـن بیانخەنـە داوی خۆشەویسـتییەوە، هەرچەنـد خۆیـان بـە سروشـت خواسـتیان لـە کەسـانێکە سیفەتی پێچەوانـە و دژیـان هەبێت. بـەڵام دواجـار دەکەونـە خۆشەویسـتیی کەسـێکەوە هەرگیـز بـە بیریانـدا نەهاتـووە لـەو جـۆرە کەسـانە بێـت، کـە تەنانـەت وەک هاوڕێیەکیـش دڵیـان ببـات، شـێتانی خۆشەویسـتی

بەردەوام بە بینینی خۆشەویستەکەیان بەختەوەر دەبن و زۆر بەوەیش دڵتەنگ دەبن خۆشەویستەکەیان نەبینن، یان بۆ ژوان دوا بکەون، لە خۆشەویستیدا بە شتی سادەوساکار قاییل نابن و بۆ ئەوەی بەرامبەریان سۆز و خۆشەویستییان بۆ بسەلمێنن داوای شتی زیادەڕۆییان لێ دەکەن، لە ئاستی ئەو هەستوسۆزە گەرموگوڕەیاندا هەست بەلاوازی دەکەن و دەیانەوێت جارناجارێک بیسەلمێنن کە ئەوان لەو پەیوەندییەدا زاڵ و خاوەنهەژموونن، بەڵام شکست دەخۆن کاتێک خۆیان لە هەڵوێستێکی لاوازتردا دەبیننەوە، بەتایبەتی کاتێک ئیرەییەکی زۆر نیشان دەدەن. داوای دەرخستنی بڕێکی زۆر خۆشەویستی لە خۆشەویستەکەیان دەکەن و بەڵگەیشیان لێی دەوێت، بۆیە بەردەوام دەکەونە کێشە و گرفتەوە.

شێتانی خۆشەویستی زۆر بەکەمی لە سێکس لەگەڵ خۆشەویستدا پشوو وەر دەگرن، لەگەڵ ئەوەیشدا تێدەگەن، کە تەنها پەیوەندییەکە ناخودەروونیان تێر ناکات و ناشتوانن کۆتایی بە پەیوەندییەکەیان بێنن، بە شێوەیەکی ئاسایی لایەنی بەرامبەریان پەیوەندییەکە دەپچڕێنن و شێتانی خۆشەویستی، تا قاییل دەبن بە کۆتاییهێنان بە پەیوەندییە سۆزدارییەکەیان، خۆیان دەدزنەوە و دەیانەوێت پەیوەندی سۆزدارییەکەیان ماوەیەکی تر درێژە بخایەنێت، ئاساییبوونەوەیشیان زۆر دەخایەنێت، تا ئەو دابڕانە قبوڵ بکەن و بکەونەوە ژیانی ئاساییان. لە لێکۆڵینەوەدا لە خەسڵەتەکانی کەسێتیدا دەبینین شێتی خۆشەویستی ڕادەیەکی زۆر زەحمەتی تووشی خۆی دەهێنێت، بەتایبەتی لە هەڵبژاردنی کەسێتییدا بە پێوەری "ئایزنک"(Lester and philbrick 1982).

ئایا دەتوانین کەسێتی مرۆڤ لە مێژووی لەدایکبوونییەوە، لە کەلووەکەیەوە بناسین؟

زانستی کەلـووەکان. زانستێکی ڕاستەقینە و دێرینە و بنچینەی زانستیی خۆی هەیە بە بەڵگە سەلمێنراوە، بەڵام ئەم زانستەیش وەک چەندین زانستی تر کەوتە بەردەستی فێڵبازان و کەسانێکەوە بازرگانییان پێوە کرد و متمانەی خەڵکیان پێ کەم کردەوە. ئێستا تێکەڵکردنێک هەیە لە وەسفکردنی کەسێتی و پێشبینیکردنی ئاییندەیی، کە ئەم زانستی کەلووانەی بێئەرزش کردووە، بەتایبەتی ئەوانەی لە ڕۆژنامە و گۆڤارەکاندا بڵاو دەکرێنەوە و لە هەندێکیاندا هەر هەڵدەبەسترێن، یان لە ڕۆژنامە و گۆڤارە بیانییەکانەوە وەر دەگێڕدرێن و زانستی کەلووەکانیان بێبەها و بێمتمانە کردووە.

لە زانستی کەلووەکاندا، کاتی لەدایکبوونی کەسێک واتە بوونی هەندێ نیشانە و خەسڵەتی گشتی لەنێوان کەسانی تری لەدایکبووی هەمان کەلوودا، لەگەڵ ئەوپەڕی باوەڕدا بەوەی هەلومەرج و بارودۆخی تریش هەن، کە بۆ هەرکەسە و تایبەتە، کاریگەریان هەیە و وا دەکات کەسانێکی هەمان کەلوو لەوانی تر جیاواز بن، وێڕای جیاوازییە تاکە کەسییەکان. کەواتە ئەگەر لەلایەن کەسێکی شارەزا و پسپۆڕەوە نیشانە و خەسڵەتەکانی کەسێتییەک دەستنیشان بکرێت، بێگومان خەسڵەتە گشتییەکان و خەسڵەتی تایبەت بە ڕۆژی لەدایکبوونی هەموو کەسێکی تریش بە هەمان شێوە دەخرێتە ڕوو، بەڵام زانستی کەلووەکان هێشتایش لە بازنەی زانستی گەردووناسی و ڕۆحانییەتدایە، بۆیە بەلای زانستەوە جێی گومانە.

دەروونناسی وەک زانستێکی تایبەت بە لێکۆڵینەوە لە کەسێتی و ڕەفتاری تاک لە نەخۆشی و لە ساغیشیدا، سروشتی دەبێت ئەگەر سەرنجی خۆی لەبارەی کەلووەکان و ئەو وەسفانەوە هەبێت، کە بۆ کەسێتییەکی دەکەن. لەپێناوی جیاکردنەوە و ناسینی ڕاستودروست لە هەڵەکانی ئەو وەسفانە، هەندێ لە

دەروونناسان، لەسەروو هەموویشیانەوە دەروونناسی ناودار "ئایزنک"، لێکۆڵینەوەیەکی کردووە لەبارەی خەسڵەتەکانی کەسێتی و پەیوەندییان بە کەلووەکانەوە، ئەم دەروونناسە تێبینی کردووە خەسڵەتەکان بەپێی پێوەری "ئایزن" تا ڕادەیەکی زۆر وەک وەسفی کەسێتییەکە بووە بەپێی کەلووەکان، بۆ نموونە تێبینیی کردووە ئەو کەسێتییانەی بەپێی پێوەری "ئایزن" کەسانێکی، تا ڕادەیەکی زۆر بەهەڵمەتن، ئەو کەسانەن لە کەلووەیەکدا لەدایک بوون هەمان خەسڵەتیان هەیە، کە کەلووی "گا"یە. بەڵام ئەمە وا ناکات ئەوەی لەبارەی کەلووەکانەوە دەنووسرێت ببێتە کەرەستەیەک بۆ وەسفکردنی کەسێتی بێت یان دیاریکردنی شێوەی ڕەفتارەکانی.

من خۆم پێم باشە کەلووەکان وەک ئامرازی یارمەتیدەر لە کردەی شیکار و چارەسەری کەسێتیدا بەکار بێنم، ئەم بۆچوونەیش دەچێتە خانەی بەشێکی نوێی دەروونناسییەوە، کە پێی دەوترێت " دەروونناسیی کەلووەکان psychoastrology"، ناودارترین کەسیش لەم بارەیەوە نووسیبێتی توێژەر جودیس بینیت " Judith Bennet 1990".

زانستی دەروونناسیی کەلووەکان پێشبینیی ئایندە ناکات، بەڵکوو ڕەفتاری ئێستای کەسەکە شی دەکاتەوە و چارەسەرگەلێک دەدات لەگەڵ سروشتی کەسێتیی کەلووەکەدا بگونجێت. لە قۆناغێکی پێشکەوتووتریشدا دەشێت بەپێی جووڵەی ئەستێرەکان پێشبینیی ئەو گۆڕانانە بکات بەسەر کەسێتییەکەدا دێت.

من خۆم پێم باشە لە ئەزموونی دەروونی و کەلووەکانەوە شیکار بۆ کێشە و گرفتەکانی ئێستا بکەم و چارەسەر بۆ گرفتە سۆزداری و زایەندییەکان پێشنیار بکەم. بە کورتی و پوختی لە وەڵامی پرسیارەکەدا، بەڵێ دەکرێت لە کەلووەکەیەوە کەسێتیی مرۆڤ بناسرێت.

خۆشەویستەکەم لە کەلووی کاوڕە و مێژووی لەدایکبوونەکەیشی ڕاستە، بەڵام وەک کەلووی شێر، ڕەفتار دەکات و کەسێکی زاڵە ئەمە چۆن وا دەبێت؟

کەلووناسان جەخت دەکەنەوە، کە لە کەلووەکاندا چەند خەسڵەتێکی گشتی هەن، بەڵام هاوکات جەخت لە چەند پرسێکی تریش دەکەنەوە، وەک ڕوودانی کاریگەریی ئەستێرەکان لەسەر کەسێتی، کە وا دەکات کەلووەکەی لەگەڵ خەسڵەتی کەسێتی کەلووی تردا تێکەڵ بەیەک بێت، یان کەلووی خۆری کەسێک کاریگەریی زۆری ئەستێرەیەکی تری بکەوێتە سەر.

لە دەروونناسیی کەلووەکاندا بڕوایەک هەیە بەوەی لەگەڵ هەر دوانزە کەلووە ناسراوەکەدا کەلوویەکی تر بەڕوونی لە سەدەی هاوچەرخدا دەر کەوتووە، کە پێی دەڵێن"کەلووی تێکەڵە"، زانایانی دەروونناسیی کەلووەکانیش پێین وایە کەسی "کەلووی تێکەڵە" نموونەی کەسێتیی بەهێزی سەردەمی و هاوچەرخە، کە بە توانا و ئیرادەوە خەسڵەتەکانی خۆی لە کەلووەکان وەر دەگرێت و بەو جۆرەیش کەسێتییەکی بەهێزی خاوەنخەسڵەتی باش دەر دەچێت.

ئەم پرسە ڕادەیەک ڕاستی و دروستیی تێدایە، چوونکە وەک دەبینین مرۆڤی هاوچەرخ بەهێز و خاوەنبڕیاری خۆیەتی و بەوریایی ڕەفتار دەکات و بەوەیش بەتەواوی ڕادەستی کەلووەکەی نابێت، سەرباری هەلومەرجی پەروەردەبوونی، ڕاستە مرۆڤ بە چەندین ئامادەباشیی دیاریکراوەوە لەدایک دەبێت، بەڵام شێوازی پەروەردەکردنیش لە خێزان و خوێندنگە و کۆمەڵگەیشدا ڕۆڵی هەیە لە پێکهێنانی کەسێتی و لێرەیشەوە تاکەکان جیاوازییان لەیەکتری دەبێت. کەسانێک هەن زۆر زوو کاریگەرییان لەسەر دەر دەکەوێت و کەسانی تریش بەکەمی

شانبەشانی پەروەردە ئەزموونی تاکەکان خۆیشیان ڕۆڵی هەیە، کۆی ژیان ئەزموونی تاڵ و شیرین، ئومێدبەخش و نائومێدکەرە... هتد، ئەزموونەکانیش هەر وا تێ ناپەڕن، بەڵکوو دەبنە بەشێک لە کەسێتیی تاکەکان.

لەبارەی حاڵەتەکەی تۆیشەوە، کە دەپرسیت خۆشەویستەکەت لە کەلووی کاوڕە و ڕەفتاری کەلووی شێری هەیە، ئەوا سەرباری هەموو ئەو ڕاڤە و لێکدانەوە و هۆکارانەی پێشتر باسکران، کە ڕۆڵیان لە کەسێتییدا هەیە، پرسێکی تر لای خەڵکی خۆرهەڵاتی بەگشتی و لای عەرەب بەتایبەتی هەیە، کە بریتییە لە بەخێوکردنی منداڵ لەسەر بنچینەی توندی و زبری بۆ ئەوەی وەک خۆیان دەڵێن ببێت بە پیاو، خووەکان، یان سیفەتەکانی کەسی کەلووی کاوڕیش بەگشتی ڕادەیەک لە نەرمونیانی تێدایە، کە ڕەنگە ئەوەبێت وای کردووە خۆشەویستەکەت بۆ شاردنەوەی ئەو نەرمونیانییە، کە بەلای کۆمەڵگەکەیەوە بۆ پیاو بە خەوش و لاوازی دادەنرێت ڕەفتاری توند و زبری بنوێنێت. پیاوی کەلووی کاوڕ وێڕای نواندنی توندی و زبری ڕەنگە لە ناخەوە نەرمونیان بێت و جارناجارەیش ئەو نەرمونیانییەی دەر بکەوێت، ڕەنگە زۆر وریایش بێت بۆ ئەوەی ئەو نەرمونیانییە سروشتیەی بشارێتەوە. بەڵام لە واقیعی ئەستێرەکانەوە کەسێتی کەلووی کاوڕ وێڕای نەرمونیانی و ڕووخۆشی، بەڵام کەللەڕەقی و سەرسەختییەکی ڕوونی لێ دەبینرێت، ئەو سەرسەختیەیشی بەپێی ئەستێرەکەی و وەک پیاوێکی خۆرهەڵاتی ئاساییە.

خەسڵەتە سۆزدارییەکانی ژنی کەلووی کاوڕ چین؟

لە سەرەتای ژیانیدا ژنی کەلووی کاوڕ توانای چوونە نێو سۆزداری نییە چوونکە بە قورساییەکی زۆری دەزانێت، بەڵام دواتر دەکەوێتە سۆراخی خۆشەویستییەکی خێرای گەرم و

دانسقەوە و بەتەواوی خۆی پێ دەبەخشێت، لە خۆشەویستیدا، ژنی کەلووی کاوڕ دەرفەتی زۆر بەدەستەوە نادات، بەڵکوو بەخێرایی و بەزوویی حوکمی خۆی دەر دەکات.

ژنی ئەم کەلووە لە خۆشەویستیدا هەژموون و زاڵبوونی هەیە و ڕەنگە خۆشەویستەکەی لەسەرەتاوە خۆشی و چێژی لێ وەربگرێت، بەڵام دواتر بێزاری دەکات. ژنی کەلووی کاوڕ بڕوای بە پێویستیی بەخشین هەیە لە خۆشەویستیدا، بەڵام هاوکات لەو بڕوایەشدایە، کە دەبێ بەخشندەیی زیاتر لە خۆشەویستەکەی وەر بگرێت. زۆرێک لە ژنانی ئەم کەلووە پەیوەندییەک بەباش دەزانن فەرمانکەر و فەرمانبەرداری تێدا نەبێت، بەڵکوو پێیان باشە لە خۆشەویستیدا هەردووکیان لەیەک کاتدا سەرکردە و خاوەندەسەڵات بن، خۆشەویستی لای ژنی ئەم کەلووە جەنگە و چەندە ئەو پیاوەی خۆش بوێت هێندەیش زیاتر دەکەوێتە مشتومڕی توندەوە لەگەڵیدا. لەسەرەتای ژیانی ڕەمەکییدا وا دەر دەکەوێت، کە ئەو زاڵ و دەستپێشخەر بێت، تەنانەت هەندێ لە پیاوان پێیان وایە ژنی ئەم کەلووە لە قۆناغی هەرزەکاریدا هەمان جورئەت و سەرکێشیی پیاویان هەیە، ژنی کەلووی کاوڕ زیاتر داوای خۆشەویستی دەکات نەک بەخشینی، کەسێکی ئاگرییە و کەسێک یان هاوسەرێکی وەک خۆی بەسۆز و بەهێز و داواکاری دەوێت، هاوکات ژنێکە ئازادی و مەودایەکی بۆ پشووەرگرتن دەوێت بۆیە بەر لە هەر پیاوێک دەگرێت، کە بیەوێت بەسەریدا زاڵ بێت، لەگەڵ پیاودا دەبێت، تا شتێکی جێسەرنجی تێدا ببینێت. خۆیشی ژنێکە دەتوانێت زۆرینەی پیاوان بەلای خۆیدا ڕابکێشێت، چوونکە کەمەندکێشکردنێکی ناسروشتی و عەقڵیی لەڕادەبەدەری تێدایە و دەزانێت ئەوانی تر چۆن و بیر لە چییش دەکەنەوە، ژنێکە وا دەکات پیاو هەست بە پیاوێتیی بکات و دەشتوانێت لە ڕووی ڕەمەکییەوە تێری بکات، زۆر زوو دەکەوێتە

خۆشەویستییەوە و بەزۆرییشی لەپێناوی خۆشەویستییەکەدایە نەک ئەو کەسەی خۆشی دەوێت. ڕەنگە ئەم جۆرە ژنانە بەزەحمەت بتوانن جیای بکەنەوە ئاخۆ ئەوەی هەستی پێ دەکەن حەزێکی لە ناکاوە یان خۆشەویستییەکی ڕاستەقینەیە. لە بڕیارەکانیدا بەگشتی و لە بڕیارە سۆزدارییەکانیدا پەلەکارە، تەنها هەستی خۆشەویستی وای لێ دەکات لە هەست و سۆزی کەسانی تر تێبگات. پیاوی لاوازی بێمتمانە بە خۆی نابێ لە ژنی کەلووی کاوڕ نزیک بێتەوە، چوونکە لەگەڵیدا ناگونجێت، ئەو پیاوەیشی کە دڵنیایی سۆزداریی پێ دەبەخشێت و لە سێکسدا تێری دەکات و ڕێز لە ئیشوکارەکانی دەگرێت، دەتوانێت دڵی بەدەست بێنێت. ژنی کەلووی کاوڕ پێویستیی بە پیاوێکی ژیر و دانا هەیە بچێتە ناخیەوە و هەست و پێویستییەکانی بزانێت. ژنی ئەم کەلووە لە منداڵییدا وەک کوڕێکی توندوتۆڵ و زبر دەر دەکەوێت تەنانەت لە جلوبەرگیشیدا نەک تەنها لە ڕەفتاریدا، بەلام هەمیشە بیرکردنەوەی سێکسی دەستی بەسەردا گرتووە، بە شێوەیەکی ئاسایی ژنی ئەم کەلووە لە ڕووی سۆزدارییەوە پەلەکارە بۆیە زوو هاوسەرگیری دەکات و زوویش بۆی دەر دەکەوێت بەهەڵەدا چووە و شووی بە پیاوێک نەکردووە مەبەستی بووە. ژنێکە هەست بە خۆشەویستی دەکات و لە خۆشەویستییەکی بەهێزی ڕاستەقینەیشدا بووە. خۆشەویستی و تێرکردنە ڕەمەکییەکان پێویستن و نەبوونی هەرکامێکیان بێت لە هاوسەرگیریدا بە شێوەیەکی نەستەکی دەبێتە هۆکاری هەوڵدانی تێرکردنیان لەدەرەوەی هاوسەرگیریدا. ژنی کەلووی کاوڕ ڕەمەکییە، سۆزدارە، تا ئەوپەڕی سنوور ڕۆمانسییە، سێکس بەلایەوە یان شتێکی جوان و گەورەیە و دەبێ بکرێت، یان شتێکی بێزارکەرە و نابێ ڕوو بدات.

خەسڵەتە سۆزدارییەکانی ژنی کەلووی پاکیزە چین؟

ژنی کەلووی پاکیزە بۆ ئەو کەسەی لە ژیانیدایە هەموو شتێکە، دەیەوێت بۆی ببێتە هەر شتێک دڵخۆش و خۆشحاڵی بکات، ژنێکە پیاوێکی خاوەنگرفتی دەوێت، تا ڕۆڵی ڕزگارکەر لە ژیانیدا بگێڕێت، ژنێکە پەیمان دەدات و پەیمانەکەیشی بەجێ دەگەیێنێت، ژنێکە سۆزداری و داراییش دەخاتە خزمەتی ئەو دۆزە مرۆییانەوە، کە پەیوەندییان بە هەست و سۆزیەوە هەیە، ژنێکە ئامادەباشیی هەیە هەرکات پیاو پێویستیی بە یارمەتی هەبوو، بەڵام ژنێکی ڕەخنەگرە و توانایەکی سەیری هەیە لە بینین و دەستنیشانکردنی خەوشەکاندا، ژنێکی نیگەرانە، هەستێکی قووڵی هەیە بەوەی ناتوانێت هەموو ئەوانەی دەوروبەری بگۆڕێت، خەوش و کێماسییەکانی بەرامبەر قبوڵ دەکات و هاوکاریان دەبێت، بە سۆو زەکانیەوە ئەستێرەژنە نەک بە شێوەی ژنێکی ڕۆمانسییە چەندە لە ناخیشیدا سۆزێکی هەرزەکارانەیش پێ بگات، ژنێکە دەتوانێت سێکس و ڕەمەک بەیەکجاری لە ژیانیدا بسڕێتەوە، لە ناخیشیدا وا هەستدەکات شایستەی خۆشویستن نییە. هەمیشە پلانی خۆی هەیە بۆ کاروبارەکان و لە زۆرینەی بارەکانیشدا هەڵسەنگاندنەکانی ڕاستودروستن. بە شێوەیەکی ژیرانە دەتوانێت وا بکات خۆشەویستەکەی هەست بەوە بکات کەمتەرخەم و تاوانبارە، ژنێکی تەواو ڕۆمانسی و بەخشندەیە، بەڵام بە هۆی سەرقاڵیی بە ئیشی ترەوە دەرفەتی ڕۆمانسییبوونی کەمتر دەبێتەوە، بەقووڵی ئەویندار دەبێت، بەڵام بەئاسانی ناکەوێتە خۆشەویستییەوە، چوونکە ژنێکە زۆر وردەکارانە ئەو کەسە هەڵدەبژێرێت، کە دەیەوێت. هەرچەندە ژنێکی بەڕێزە، بەڵام دەشتوانێت قەناعەت بە پیاو بێنێت، کە ئەو پێویستیی پێیەتی. ژنێکە خیانەت ناکات، لە ژیانیدا تەنها یەک پیاو هەیە، بڕوای بە خۆشەویستییەکی هێمن و ئارام هەیە، کە وردە وردە

دروست دەبێت، کەسێکی بزۆزە و هەرچۆنێک بێت دەیەوێت هەموو وردەکارییەکانی کەسێتی و ژیانی خۆشەویستەکەی بزانێت، ئەوەیش بزۆزییەکی ڕۆمانسییانەیە، چوونکە دەیەوێت هەموو دەرفەتێکی بەختەوەری بۆ ئەو پیاوە دەستەبەر بکات، کە خۆشی دەوێت. ژنێکە خواستی لە پەیوەندییەکی درێژخایەن و زۆر گەرموگوڕی سۆزدارییە. خواستە ڕەمەکییەکانی خۆی دەچەپێنێت، کەسێکە دەتوانێت بەکچی بە عازەبی بمێنێتەوە، یان بە بێوەژنی و دوای تەلاقدان بێت یان جیابوونەوە لە هاوسەرەکەی، پیاوێکی جوان و سەرنجڕاکێشی خاوەنخواستی ئابووری دەوێت، واتە پیاوێکی خاوەنکار، لەگەڵ ئەوەیشدا پیاوی خەوشداریش سەرنجی ڕادەکێشێت بۆ ئەوەی ڕۆڵی ڕزگارکەر یان چاکساز یان پشووبەخشی بۆ ببینێت. زۆرجار پیاوانی کێشەی ئاکاریدار دەبنە جێسەرنجی ژنی کەلووی پاکیزە، ژنێکە پیاوێکی خۆش ناوێت، تا بە کارێکەوە خەریک نەبێت و حەزیش ناکات پیاوێکی بەربەتاو بێت لە ڕووی سێکسییەوە، چوونکە خۆی لەبیر کردنەوەی سێکسیدا پارێزکارە و زۆر بڕوای بە ئازادییەکان و نووکتە ڕەمەکییەکان نییە، بەڵکوو نموونەی کچی ڕەوشتبەرز و بەئاکارە هەر لە منداڵییەوە، هاوکات نموونەی ژنێکی تەقلیدییە، کە ئەرکەکانی جێبەجێ دەکات بە سێکسییشەوە هەرچەندە خۆیشی نەیەوێت. ژنی کەلووی پاکیزە سروشتی و ئاساییە و لە هەنگاوەکانی سۆزدارییدا حەزی لە زیادەڕەوی و خۆنواندن نییە، ژنی ئەم کەلووە دەیەوێت ببەخشێت و وەریش بگرێت، کەسێکی ناسک و نەرمونیانە و بوونی وەک هاوسەرێک پیاو سەرفراز دەکات، زۆر هەست بەتاوانباری دەکات و بۆ ئەوەی چێژ لە خۆشەویستی و سێکس وەر بگرێت پێویستیی بە چارەسەری ڕۆحی دەبێت. بە شتی تری وەک خواردنی چوکلێت و نەستەلە و شتی ترەوە هەستە سێکسییەکانی

قەرەبوو دەكاتـەوە، نیگەرانـی و هەسـتی تاوانباریـی لـە سێكسدا بۆ منالەكانیشـی دەهێڵێتـەوە و بۆ پاراسـتنیان لـە هەڵـە سێكسـییەكان زۆر زیادەڕەوانـە پەروەردەیـان دەكات.

دواجـار ژنـی كەلـووی پاكیـزە ژنێكـە هزروبیـری پیـاوی خـۆش دەوێـت نـەوەک جەسـتەی، ئەگـەر قەناعەتـی بـە هزروبیـری نەهێنـا، لەگەڵیـدا چێـژ لـە ڕەمەكیـش وەر ناگرێـت، چوونكـە دەروازەی ڕەمـەک لای ئـەم جـۆرە ژنـە بـە قەناعەتـی فیكریـی دەكرێتـەوە.

خەسڵەتە سۆزدارییەكانی ژنی كەلووی سەتڵ چیین؟

ژنـی كەلـووی سـەتڵ كەسـێكی بەسـۆزە، بـە زۆر ئەزموونـی سۆزدارییدا تێپەڕیوە، بەڵام زۆر بەكەمی هەستی بە خۆشەویستیی قووڵ كردووە، ژنێكە هەستی تاوانبـاری لەناخیدایە بۆیـە لـە زۆر بـاردا دڵتەنـگ و تەنهایـە. لەگـەڵ خـودی خـۆی و هەستەكانیشـیدا ڕاسـتگۆ نییـە، بـەڵام زیرەكـە و لەگـەڵ ناسـینیدا پیـاو هەسـت بـەو زیرەكییـەی دەكات، گرفتـی سـەرەكیی هەسـتكردنێتی بـە فشـەڵیی ناخـی بۆیـە لەمیانـەی تێكەڵبوونییـەوە بـە كاری خێرخـوازی بێـت یـان هـەر كارێكـی ڕاسـتەقینە لـە هەسـت و سـۆزەكانی هەڵدێـت، ژنێكە منالـی خـۆش دەوێـت و منالانیش ئەویـان خـۆش دەوێت و دەكرێـت مامۆسـتایەكی بـاش بێـت، حـەز دەكات خـۆی ژیانی بەڕێوە ببـات ئەگەرچـی پەیوەندیـی بـە پیاوێكیشـەوە هەبێـت، دەیەوێـت لـە پەیوەندییەكەیدا سـەرفراز بێـت و تووشـی سـەرئێشـە نەیـەت بۆیـە هاوسـەرەكەی هەرچییەكـی بوێـت بـۆی جێبەجـێ دەكات.

ژنـی ئـەم كەلـووە ئاژەڵـی خـۆش دەوێـت و بەزەیـی پێیانـدا دێتـەوە و زۆر دڵشـاد و هۆگریـان دەبێـت ئەگـەر بتوانێـت جۆرێكیان بەخێـو بـكات، بەلایەنـی هەسـتیاریی خەڵكانـی تـرەوە بـۆ ئـەو هەسـتی شەشـەمی بەهێـزە و زۆر بـە كەمییـش لـەو هەسـتەیدا بـە هەڵـەدا دەچێـت. حـەزی لـە ئاهەنگـی قەرەباڵـغ نییـە و وای پـێ باشـە

بەشداری کۆمەڵێک خەڵکی کەمتر بکات. ژنی ئەم کەلووە، چەند توانایەکی دیاریکراوی هەیە وەک بەهێزیی هەستی شەشەمی، کە دەتوانێت ئەگەر بیەوێت ببێتە فاڵگرەوە، قاوەگرەوە، ئەفسوونباز، ژنی کەلووی سەتڵ هێندە خۆی بە شێوەیەوە خەریک ناکات بۆ ڕاکێشانی سەرنجی پیاوان، بەڵکوو تەنها پشت بە توانا عەقڵییەکانی دەبەستێت، بۆیە کەسێکی خاوەنئازادیی عەقڵییە لەبارەی ڕەمەک و سۆزەکانیشیەوە پارێزکارە. ژنی ئەم کەلووە زیاتر ڕێز لە پیاوان دەگرێت وەک لە ژنان و هەندێ جاریش هەرگیز حەز بە هاوڕێیەتیی ژن ناکات، ژنێکە دەتوانێت وا بکات پیاو هەست بکات کەسێتیی هەیە و هەر کات وا دەر کەوت شتێکی دەوێت و شتێکی تێدایە ئەوا شتێکی تری دەوێت، ڕەنگە بە کردارییش بچێتە پەیوەندییەکەوە، بەڵام دواجار بە هیچ هۆیەکیشەوە نەبێت هەر بە دیلی پەیوەندییە کۆنەکەوە دەمێنێتەوە گەرچی کۆتاییشی پێ هاتووە، ژنی کەلووی سەتڵ دەبێتە هەموو شتێک لە ژیانی پیاوەکەیدا، واتە دەبێتە، هاوسەر، خۆشەویست، هاوبەشی ژیان...هتد. زۆریش دەربەستی خانەوادەکەی دێت، حەز و هاوکات بڕوایشی بە زوو هاوسەرگیریکردن نییە، بە شێوەیەکی گونجاو و ڕەوایش سێکسی دەوێت و ئەگەر دەرفەتی باشی بۆ هەڵکەوێت دەکەوێتە خۆشەویستییەوە، ئەگەر هاوسەری پیاوێک بێت ئەگەری هەیە پەیوەندی لەگەڵ پیاوێکی تریشدا ببەستێت، چوونکە ژنێکە هەمیشە لە سۆراخی پیاوێکدایە لێی تێ بگات و دڵنەوایی بکات و ئامێزی بۆ بگرێتەوە، پیاوێکی دەوێت لە عەقڵییەت و بیرکردنەوەی تێ بگات و شێوازی ژیانی قبوڵ بکات و دواتریش وەک پیاوێک ئەو چیی پێویست بوو بۆی جێبەجێ بکات، پیاوی وشک و فەرماندەرکەری بەدڵ نییە و بێزاری دەکات، بەڵکوو پیاوی ئاوێزانبوونی دەوێت، پێویستیی بە پیاوێکی گەشبینە، کە گفتوگۆ لەسەر هزروبیرەکان زیاتر بکات

وەک لە سۆزەکان، ژنی ئەم کەلووە کورد واتەنی پارەپەرست نییە و دەوڵەمەندی ئامانجێک نییە لە ئامانجە بنچینەییەکانی ژیانی، بەڵکوو پیاوێکی دەوێت دەستکەوتێکی مامناوەندی هەبێت و زیرەکانە خەرج بکات، حەزیش دەکات پیاوەکەی لەسەر کارێک بێت خەڵکی بدوێنێت و کاری خەڵکیی جێبەجێ بکات وەک فەرمانبەر یان مامۆستا یاخود پێشەوا و فەرماندە و...هتد.

پیاوێکی بەدڵە لە هەموو شتێکدا ئەزموونی هەبێت بە سێکسیشەوە، چوونکە پێی وایە خۆیشی لە ئەزموونی ئەو ئەزموون وەر دەگرێت. لەبەر ئەوەی ژنێکی بزۆزە سێکسیش بەلایەوە بزۆزییە و دەیەوێت هەموو شێوەکانی بۆ دەر بکەوێت و شارەزای بێت، لەو بڕوایەشدایە سێکس پرسێکی عەقڵییە، ژنێکە دەیەوێت ئەو پیاوەی خۆشی دەوێت هەرکات ویستی لەبەردەمیدا ئامادە بێت، بەلام خۆی بەو جۆرە نەبێت. لە ژنی هەموو کەلووەکان نائومێدترە و بە درێژاییی تەمەنی پێویستیی بە خۆشەویستی و نزیکییە لە خۆشەویستەکەیەوە و دەیەوێت بەردەوام لەگەڵیدا بێت و کەم پیاویش هەیە ئەو خواستانەی بۆ بەدی بێنێت و تێری بکات.

خەسڵەتە سۆزدارییەکانی ژنی کەلووی گیسک چیین؟

ژنی کەلووی گیسک هەمیشە عەودالی دوو شتە، پارە و خۆدەرخستنی کۆمەلایەتی. ژنێکە ئەسڵ و فەسڵ و پێگەی کۆمەلایەتیی خەڵکانی تری بەلاوە گرنگە، کەسێکی زۆر بەسۆزە و زۆر هەست بەتەنیایی دەکات، بەلام هاوکات هەوڵی چوون و بوون دەکات لە شوێنە گشتییەکانی وەک بۆنە و ئاهەنگ و کۆبوونەوە جەماوەرییە دیارەکان، لە خۆشەویستیدا ترسی هەیە و هاوکات پێویستییشی پێیەتی بۆ ئەوەی خۆی پێ تەواو بکات و ئەوەی دەیەوێت بۆی بەدی بهێنێت، ژنێکە بە پێویستی دەزانێت

کات بەباشی بەگەڕ بخرێت، خوویەکی ناسراوی هەیە کە بریتییە لە ڕاکێشانی پیاوێک بۆ پەیوەندییەکی کاتی و دواتر لێی سارد و دووریش دەکەوێتەوە. ژنی کەلووی گیسک لە خۆشەویستیدا حەزی بە گەمەی نادیار و تەمومژاوی نییە، چوونکە خۆی ڕوون و ئاشکرایە و لە خۆشەویستیدا ڕێکەوتنێکی هاوشێوەی مامەڵەی کار و بازرگانی دەبەستێت، ژنی کتوپڕییەکانە، ئەو پیاوەی لەگەڵیدایە نازانێت هەنگاوی دواتری چییە و ڕەنگە خۆیشی پلانی بۆ هیچ شتێک دانەنابێت. ژنێکە هەمیشە لەگەڵ سۆزی خۆیدا لە ململانێدایە و بەردەوام لەو ململانێیەدا دەپرسێت، "ئایا خۆم لەگەڵ ئەم پیاوەدا تووش بکەم یان نا؟"ژنی کەلووی گیسک لە زۆر باردا پیاوێکی سادە و ئاسایی هەڵدەبژێرێت و دەکەوێتە ئەو وەهمەوە، کە ئەم بە زیرەکیی خۆی یارمەتیی دەدات و دەیکاتە پیاوێکی ناودار و تاک. ژنێکە سەرکێش دەر دەکەوێت و لە لووتکەی ئارامی و سەقامگیریی پەیوەندییە سۆزدارییەکەی لەگەڵ پیاوێکدا جووڵەیەکی شێتانەی سۆزداری لەگەڵ کەسێکی تردا دەنوێنێت. لە زۆر باردا وا پێ دەچێت لە بەرگریلەخۆکردندا بێت، ئەم ژنە دیلی ترس و تەنیاییە بۆیە پێویستی بە خۆشەویستییە و ژنێکی بەخشندەیشە، تێربوونی ڕەمەکی تەنها لەگەڵ یەک کەسدا دەبێت و دەبێ ماوەیەکیش لە پەیوەندیدا بێت لەگەڵیدا ئەوکات خۆشیی لێ دەبینێت.

ژنی کەلووی گیسک کاتێک لە خۆشەویستیدا دەبێت دەبێتە فریشتەیەک و وا هەست دەکات شازادە و کەسێکی مەزنە، ژنێکە بەهرەی قەناعەتهێنانی بە کەسانی تر هەیە و پیاویش بڕوای پێ دەکات، بۆیە لە سۆزداریدا نموونەی ژنێکی تەقلیدییە و پیاوانیش خۆشیان دەوێت و ڕێزی لێ دەگرن، ژنی ئەم کەلووە زیرە و دەزانێت پیاو پێویستی بە چیی هەیە و بۆی بەدی دێنێت، واتە ئەگەر برسیی بێت دەبێتە خانمی چێشتخانە، ئەگەر خزم

و کەسوکاری خۆش بوێت ئەویش خزمەتیان دەکات، کەسێکی بەهرەمەندە و دەبینرێت زۆربەی شتەکانی ماڵەکەی بەدەستی خۆی دروست کردوون، یان کاری دەستی کەسێکی بەهرەمەندە بەتایبەتی کەرەستە و پیتاکی ژووری خەوتنی یان هەر دیمەنێک سەرنجی پیاو ڕابکێشێت، ژنی زیندەخەوەکانە، بەڵام هیچکام لە زیندەخەوەکانیش تینوویتی ناشکێنن و تێر نابێت لێیان، ژنی ئەم کەلووە بە پێچەوانەوە مامەڵە لەگەڵ ترس و تەنیاییدا دەکەن بۆیە لەو بۆنە و ئاهەنگانە خۆیان دوور دەگرن و حەز دەکەن تەنیا و گۆشەگیر بن، لە خۆشەویستی دوور دەکەونەوە، ژنێکی تایبەتە کاتێک بە سروشتی ئاسایی خۆی لەگەڵ پیاوێکدا دەبێت، کە خۆشی دەوێت، ژووری خەوتنەکەیشی وەک هۆڵەکەی هەموو بەو جۆرە کراون ڕەمەکی ئەو کەسە بورووژێنێت، کە خۆشی دەوێت و دڵی خۆش بکات.

ژنی کەلووی گیسک لە تەمەنی منداڵیدا هەر وا بەئاسانی ناچێتە نێو پەیوەندیی ڕەمەکییەوە و ئەم پرسە بۆ کاتی پێگەیشتنی دوا دەخات. پیاوی لە خۆی گەورەتر بەباش دەزانێت، لە دیدی ئەودا ئەوە گرنگە براوە بێت، بۆیە زۆر بەوردی لە پیاو دەکۆڵێتەوە و پێش تووشبوونی لەگەڵیدا لە قازانجی دەروونی و کۆمەڵایەتی و ماددیی ورد دەبێتەوە، پیاوی شیک و دەرکەوتووی کۆمەڵایەتیی بەدڵە و خۆش دەوێت، بە خواستی ماددی ترس و نادڵنیاییی خۆی دەر دەبڕێت و دەیەوێت پیاو جلوبەرگی بەدیاری بۆ بکڕێت، تا دڵنیا بێت و هەست بەئامێزبۆگرتنەوە بکات.

خەسڵەتە سۆزدارییەکانی ژنی کەلووی کەوانە چیین؟

ژنێکە دوو پرسی جوانی تێدایە، دانایی و دڵسۆزی. بۆیە هاوڕێیانی و ئەو کەسیشی خۆشی دەوێت بەتەواوی شەیدای دەبن. لە پەیوەندیی سۆزدارییدا ئاڵۆزییەک هەیە، چوونکە وەک

خواوەندێک ئەو پیاوەی خۆش دەوێت کە خۆشی دەوێت، ژنێکی ئازارکێشە و ڕەنگە ئەو کەسەیش ئازار بدات، کە خۆشی دەوێت، زیاتر عەقڵمەندی دەنوێت نەک ڕۆمانسییەت بۆیە بۆ ئەو کەسەی لەگەڵیدایە سەرسام دەبێت. وا لە پیاو دەکات هەست بکات ئەم ژنە پیاوەتیی لەو زیاترە، لە ترسیی لاوازیی خۆی لە زۆر باردا خەم و ناسۆرەکانی لە ناخیدان، بەڵام ژنێکی تەواو سەربەخۆیە، هەمیشە لەگەڵ هاوسەرەکەیدا پانتایی و مەودایەکی دووریی هەیە، زۆر شەیدای منالە، چالاکی و بەجووڵەیی و بزۆزی خاڵی هاوبەشن لەنێوان ژنی ئەم کەلووە و منالدا، بۆیە لە کارەکەیدا بێت یان لە ماڵەوە منالی لە دەوروبەرە، بە هۆی متمانەی تەواوی بە خۆی ژنانی تر غیرەی لێ دەکەن، دەبێتە سایە و پارێزگاری هەرکەسێک لە سایەی ئەودا بێت تەنانەت هاوسەرەکیشی، ژنێکی بەخشندە و دڵفراوان و هەمیشە سەرقاڵە و ژیان و ژیانی سۆزدارییشی ڕێک دەخات. خۆشەویستەکەی یان هاوڕێکانی نابینن لە هەڵوێستە سۆزدارییە قورسەکانیشدا دۆش دابمێنێت یان فرمێسکەکانی بسڕێت، بەڵکوو دەتوانێت بۆ هەر هەڵوێستێک چارەسەری بەسوود بێنێتە ئارا، بەزۆری حەزی لە هاوڕێیەتی پیاوانە نەک ژن، رقی لە دووزمانی و دانیشتنی بێسوودی ژنانە، ژنێکی خەباتگێڕە و دەتوانێت، تا کاتی هاتنی پیاوی شیاو مێیەنەیی و هەستەکانیشی سڕ بکات.

نەریتدۆستە و دیدی تایبەتی خۆی بۆ سێکس هەیە و بە وزە و هێزێکی باشی دەزانێت لە بازنەی شەرعی، وەک هاوسەرگیری و پەیوەندییەکی چەسپاودا. ژنێکی ئاگرییە، وزەیەکی بەگوڕی بۆ خۆشەویستی و بەخشندەیی بێسنووری هەیە، بەجیددی دەڕوانێتە پیاوەتی و پیاوێکی دەوێت پشت بە کەس نەبەستێت و پیاوی پشتبەخۆبەستوو جێسەرنجێتی، دڵسۆز و ڕوونبێژە بەڵام لە وردەکاری و کۆڵینەوە لە هەموو شتەکاندا بە گفتوگۆی

خۆشەویستییشەوە دوودڵی و ڕاڕایی هەیە، کەسێکی پارێزگارە بەڵام شەرمن نییە.

خۆی وا دەکات دڵی بەئاسانی بکەوێتە خۆشەویستییەوە، کاری بەدەستی خۆیەتی و دەتوانێت خۆی کۆنترۆڵ بکات، بەڵام کە دەکەوێتە خۆشەویستییەوە پیاوپەرستە، حەز و ئارەزووی سێکسیی زۆرە و چێژی تەواو بەو پیاوە دەبەخشێت، کە هاوسەرگیریی لەگەڵدا دەکات، بەڵام بە هۆی پەروەردەی پارێزگاری و دانایییەوە لەسەرەتاوە توند و وشکە، نە لە گفتوگۆی خۆشەویستی و نە لە پەیوەندیی سێکسیدا حەز بە پەلەپرووزکێ ناکات، بەڵکوو دەیەوێت ببینێت تا هەست بە نرخ و بەهای شتەکان بکات. خواستێکی سەرچڵیی هەیە و ئەمەیش وا دەکات ئەو پیاوەی هەڵی دەبژێرێت لە پێشبینی و نەریتەکانی دەوروبەری جیاواز بێت. ژنێکی ڕاشکاوانەیە و حەزی لە پێچوپەناکردن نییە، ژنێکی ڕۆحانییە تەنانەت لە ڕەمەکەکانیشدا، ڕاستە دەیەوێت بەو جۆرە بێت، بەڵام دواتر دەیەوێت بە پلەبەندی بگاتە پێگەی بالا. ژنی کەلووی کەوانە بەستەزمانە و زۆر جار بەهەڵە لە هێزوتوانای دەگەن و بە کەسێکی وشکی دەزانن و لەپای گەرموگوڕی و پەرۆشی و ڕاشکاوێتیی بۆچوونی هەڵەی بەرامبەر دروست دەبێت، بەڵام سەلیقەیەکی بەرزی هەیە و ڕاستگۆ و خۆشنوودە و تەنها ئەوەی دەوێت ئەو پیاوەی خۆشی دەوێت ڕێزی لێ بگرێت.

خەسڵەتە سۆزدارییەکانی ژنی کەلووی دووپشک؟

ژنی کەلووی دووپشک ئەوینداری هێز و دەسەڵاتدارییە و لە قۆناغەکانی ژیانیدا سۆز و ڕەمەک بەگەڕ دەخات بۆ ئەوەی خۆی بەهێز و دەسەڵاتدارتر بێت، ژنێکی بە خواستە و دەیەوێت بگات بەو خاڵانەی پێیان دەر دەکەوێت و لە ڕێی بەکارهێنانی

ئەو هێزەوە پێی دەگات. ژنێکە چاوەکانی گەشییەکی تایبەتیان تێدایە، بۆیە چاوەکانی بەکار دەهێنێت و هەر زوو ئەوەی لە ناخیدان لە چاوەکانییەوە هەستیان پێ دەکرێت، بەداخەوە زۆر جار لە ژیانی تایبەتیدا شکست دەخوات و هەمیشە لە پەیوەندییەکانیدا کێشە و گرفتی هەیە، بۆیە بە کارکردن شکست و بێبەرییبوونە سۆزدارییەکانی قەرەبوو دەکاتەوە، هەندێجار بە هۆی نائومێدبوونەوە ژنێکی دڵڕەقە، بەڵام لە حاڵەتی خۆشەویستیدا دەتوێتەوە و تەنانەت غیرە و تووڕەییشی، کە پێیان بەناوبانگە، لە کاتی خۆشەویستیدا و لەپێناوی بەختەوەریی خۆشەویستەکەیدا کەم دەبێتەوە و دەتوێتەوە. لە ژیانی هاوسەرگیریدا ڕۆڵی سستەر"نەخۆشەوان" و دایک و تەنانەت خزمەتکاریش دەبینێت، کەسێکە حەز دەکات خۆی بڕیار بدات ئەگەر هاوسەرەکەی یان بەڕێوەبەری کارەکەیشی ڕێگەی پێ نەدەن، بەڵام ئەو ئەگەر ناڕاستەوخۆیش بێت بڕیاری خۆی دەدات، کەواتە ژنێکی دیبلۆماتی و پڕخواستە.

ئەگەر ئیش و کارەکانی بەهەند وەر نەگیرێت تووڕە و تۆڵەسێنە، ژنێکە ئەگەر هیچیش نەبێت بە هەر شێوەیەک بۆی بکرێت پارێزگاری لە خۆشەویستەکەی دەکات.

ژنی ئەم کەلووە بەختەوەریی خۆی بەدەستدێنێت هەرچەندە خۆپەرستی و خۆخۆشویستن بە باش نازانێت، لە وەهمێکەوە شوو بە پیاوێک دەکات گوایە ڕزگارکەری دەبێت، بە هەموو شێوەیەکیش هەوڵ دەدات هاوسەرگیرییەکەی سەرکەوتوو بێت، بەڵام زۆر جاریش هەڵەکانی خۆی بۆ دەر دەکەوێت، هەست بە نائومێدیی سۆزداری دەکات و ئەگەر ناپاکی نەکات خوو بە خواردن و خواردنەوە و شتی ترەوە دەگرێت، قەیرانی پەیوەندی یەکێکە لە قەیرانە ڕوون و دیارەکانی ژیانی، بەڵام چێژ لە سێکس وەر دەگرێت و بە هێزی دەزانێت، سزای ئەو

پیاوەیش دەدات، کە بە بێبەریکردنی نائومێدی دەکات، هیوا بۆ پیاوێکی تەندروستی باش و بەهێز دەخوازێت، کەچی پێچەوانەکەی هەڵدەبژێرێت، پیاوێکی بەسۆزی دەوێت کەچی دەگات بە پیاوێکی دڵڕەق، خۆی کەسێکی خۆڕسکانەی پاکە و پیاوێکی ڕەخنەگر هەڵدەبژێرێت، ژنێکە هەر بە سروشت نائارامە و پێویستیی بە پیاوێکی بەئارامە، تا هاوسەنگیی ڕابگرێت، بەڵام تووشی پیاوانێک دەبێت زیاتر هاوسەنگیی دەروونیی دەشێوێنن، ئەو پیاوەیشی دەیەوێت دڵی بەدەست بێنێت و دادپەروەرانە گەمەی بەخشین و وەر گرتنی لەگەڵدا دەکات.

ژنێکە مێیەنی و نێرینەییشی دەوێت، پیاوێکی سەرچڵی دەوێت، بەڵام دەکەوێتە خۆشەویستیی پیاوێکەوە وەک مێینە تەماشای ناکات، بۆیە ژنی ئەم کەلووە دیلی زیندەخەون و ئەندێشە سێکسییەکانە، بڕوایشی وایە کە کۆی ژیان گەمەیەکە هەنگاوبەهەنگاو و دواجار براوە دەبێت، بەڵام زۆر جاریش دەکەوێتە بەر شۆکی بێهودەیی فەلسەفەکەی و ئیدی هەست بە نائومێدی و نیگەرانی و خەم و ناسۆر دەکات و بەو هۆیەشەوە لە دواساتەکانی تەمەنیدا دوچاری نەخۆشیی دەروونی دێت. ژنی کەلووی دووپشک کەسێکی عەقڵ هێمن و جەستەگەرموگوڕە، مێینەیەکە لەمیانەی جووڵەی جەستەیەوە سێکس دەر دەبڕێت تەنانەت گەر نەیشیکات، بەڵام زۆر پەرۆشە بۆ ئەوەی پیاو وەک کەسێکی بەڕێز ببینێت نەک کەسێکی ورووژێنەر. لە زۆر باردا گرژی و شپرزەیی سۆزداری و زایەندیی لێ دەردەکەوێت و لە هەندێ ژنانی ئەم کەلووەدا ئەم حاڵەتە وەک کێماسییەکی ڕوون دیارە.

ئەستێرەی ژنی کەلووی دووپشک پێمان دەڵێت ئەم ژنە لەپێناوی هێز و دەسەڵاتدا لەدایک بووە و خۆشەویستی و سێکسیش تەنها ئامرازن بۆ بەدیهێنانی ئەو هێز و دەسەڵاتدارییە.

زۆرینـەیِ ژنانـی ئـەم کەلـووە بـە سێکسـمەند وەسـف دەکرێـن، ژنێکـە هـەوڵ دەدات بەزۆر ڕێگـەی نائاسـایی و چاوەڕواننەکراو، لایەنـی سێکسـیی تیـر بـکات.

خەسڵەتە سۆزدارییەکانی ژنی کەلووی گا چیین؟

ژنــی کەلــووی گا بــەلای زۆر کەســەوە وەک ژنێکــی مــاددی دەر دەکەوێت، بـەڵام لـە ناخـەوە ڕۆمانسییە و پیاوێکی دەوێت هەسـت بـکات دەیپارێزێت، سروشـتی قووڵـی هەسـتەکانی وای لـێ دەکات بتوانێت پەیوەندیی تۆکمـە لەگـەڵ پیاوێکی بەهێزدا ببەسـتێت ئیتر هاوڕێی کاری بێت یان هەر پیاوێک قەناعەتی بە بیروبۆچوونەکانی ئـەم بێت. ژنی ئـەم کەلووە پێی وایـە شـتەکان بەتـەواوی دروست دەکات و پێشـبینییش دەکات هاوبەشـی ژیانی هەمـان ئاسـتی بێت. دەوڵەمەنـدی و ژیانـی خـۆش سـەرنجی ڕادەکێشـێت چوونکـە نـرخ و بەهایـان تێدا دەبینێت و پێی وایـە بـە هۆیانـەوە دەتوانرێت شـتی تریش بەدەسـت بهێنرێت، کـە بـە چێـژ و سـەلیقەی بـاڵای نرخیـان بزانێـت، چوونکـە خـۆی سـەلیقەیەکی بـەرزی هەیـە و هەرکـەس هاوەڵیـی بـکات هەسـتی پـێ دەکات، خـۆی چێـژ لـە شـتی بـەرز و بـاڵا نابینێت، بەڵام ئەگـەر پیاوێکی لەگەڵدا بێت وا دەکات پیاوەکە چێـژی لـێ ببینێـت، هاوسـەر و خۆشـەویسـتێکی دڵسـۆزە، بـەڵام ئەگـەر ستەمی لێ بکرێت سـتەمەکە دەکاتـەوە و ماوەیەکـی زۆری دەوێت تـا ئـەو سـتەمەی لەبیربچێتـەوە.[1] ژنی کەلووی گا بە چەندین کاتـی بێدەنگیدا تێدەپەڕێت، ئـەم بێدەنگییـە خۆشەویستەکەی، یـان هاوسـەرەکەی مانـدوو دەکات، بـەڵام بێدەنگییەکـی پێویسـتە بـۆی، چوونکـە هێـوری دەکاتـەوە و دێتـەوە سـەرخۆی، متمانـەی بـە پیـاو

١ نووسـەر لـە سـەرەتای ئـەم بابەتـەوە، کـە بـاس لـە خەسـڵەتەکانی ژنـی کەلـووی گا دەکات دووجـار دەڵێت ژنـی کەلـووی نەهەنـگ پێدەچێت بەهەڵـەدا چووبێت یـان هەڵـەی چاپ بێت بۆیـە هـەر بـە ژنی کەلـووی "گا" وەرم گێڕاوە/ وەرگێڕ

زیاترە وەک لە ژن، بەڵام کاتێک دەیەوێت متمانە بە ژنێک بکات تەنها متمانە بە ژنێکی هاوکەلووی خۆی یان هاوخەسڵەتەکانی دەکات.

زیاتر مەیلی بەلای ئەو پیاوانەدایە لە خۆی گەورەترن ئیتر لە ئەویندارانی بن یان هاورێکانی. کەسێکی چالاک و ژیانویستە بەوهۆیشەوە زۆرینەی خەڵکی لە تەمەنی خۆی بە بچووکتری دادەنێن بەتایبەتی کاتێک لەگەڵ پیاوێکدا هەست بە خۆشی و متمانە بکات. بۆ ئەو پیاوەیشی کە خۆشی دەوێت دەمامکە بەهێزەکەی لادەچێت و سۆز و پێویستییە سۆزدارییەکانی دەر دەکەون، پەیوەندییەکی دەوێت ئاڵۆزی و نامۆیی و ئامـاژەی ڕەمەکی تێ دابێت، هەستێکی بەردەوام دای گرتووە بەوەی بێزاری و وەڕسییەک لە ژیانیدایە، کە دەبێ بە هەندێ جووڵەی سۆزداری نەیهێڵێت، بەم هۆیەشەوە دەکەوێتە هەڵەگەلێکەوە، کە خۆی دانیان پێدا نانێت. هەرکات کەوتە خۆشەویستییەوە غیرە دەکات، تەنگ بەو کەسە هەڵدەچنێت، کە خۆشی دەوێت، هەمیشە لە ترس و نیگەرانیی ئاییندە و سۆزدارییدا دەژی هەرچەندە کەسێکی بەرهەمهێنەر و بەسۆزیشە، بەڵام پێویستیی بە پیاوێکە وا بکات هەست بکات بەهێز و هاوکات نەرمونیان و هەستیار و خاوەنئەندێشەی فراوانیشە، پیاوێک گرنگی بە خۆی و ئاییندەیشی بدات. مرۆڤێکە چێژ و خۆشییە بەرجەستەکانی دەوێت و حەزیش دەکات بزانێت ئەو پیاوەی خۆشییدەوێت وەک ئەو چێژ و خۆشی لە شتە مادیەکان دەبینێت.

ژنی کەلووی گا کەسێکی ڕەمەکییە و دەتوانێت لە ساتە تایبەتەکاندا پیاو بهەژێنێت هەرچەند پێچەوانەیش دەر بکەوێت. لە ژیانی ئاسایی و سروشتییدا حەز ناکات هەموو شتێکی بەپەلە دەست بکەوێت بەڵکوو دەیەوێت بەپێی کات چێژ و خۆشی وەر بگرێت، ژنێکە – کاتێک لەگەڵ خۆشەویستەکەیدا

دەبێت – بەبێ ترس و شەرم و شەرمەزاری گوزارشت لە حەز و خواست و هەستەكانی دەكات، سێكس بەلایەوە زۆر پەیوەندە بە هەستە سۆزدارییەكانی و تا زۆر حەزی لەو كەسە نەبێت، كە خۆشی دەوێت خۆشەویستی ناكات. لە جووڵاندنی جەستەیدا ژنێكی بەتوانایە و دەتوانێت بەو جووڵانەی پەیامێك بگەیێنێت یان سەرنجی كەسێك ڕابكێشێت.، بە باشی پۆشاك دەپۆشێت و جلوبەرگێك هەڵدەبژێرێت مێینەیی دەر بخات، ئەو پیاوەی بە دڵ نییە دەستی لێ بدات، دەیەوێت ورووژاندن تێركردنی بەدواوە بێت، حەزی لە ژووری جوان و ڕازاوەی خەوتنە بۆیە ژوورەكەی بە باشی و جوانی و بە گوڵ و چەرچەفی بۆندار دەڕازێنێتەوە.

خەسڵەتە سۆزدارییەكانی ژنی كەلووی شێر كامەن؟

ژنێكە لەبارەی "من – الآنا"أنا وە هەستیارییەكی زۆری هەیە، بەهەموو پیاوێك دەڵێت وریا بە من مێینەم، بەسەر ئەو پیاوەدا زاڵە كە خۆشی دەوێت، بێهەستكردنیش بە خۆی پیاوێك هەڵدەبژێرێت بتوانێت ئیشوكارەكانی بۆ بەڕێوە ببات. ژنێكی پێشەوائاسایە و پیاوان دەخاتە گەڕ، خۆیشی نە ماندوو دەبێت و نە كۆڵیش دەدات، زاڵبوونی بەسەر پیاودا دەبێتە بژوێنی خواستی "من – الآنا"أنا لە ناخیدا. كەسێكە دەشێت بگاتە توندی و زبری زۆر بە ڕوونییش ببێتە كەسێكی ماددی، پێویستیی بە ڕاهێنان هەیە تا ببێتە مێینە. ژنێكی بەخشندەیە و لە هەردوو ڕەگەز هاوڕێی هەیە و زیاتریش هاوڕێیەتی كەسێك دەكات دوودڵ و ڕاڕا و خەیاڵیی بێت و بڕوای بە خورافات هەبێت. دەتوانێت لە هاوسەرگیرییەكی بەختەوەرانەدا بژی، چوونكە كەسێكی باشە بۆ هاوسەرگیری و كارێك دەكات هاوسەرەكەی خۆی بە پاشا بزانێت و بە جۆرێك وەسفی بكات، كە ژنێكی مەزنی هێناوە.

ژنی کەلووی شێر کە لەباری خۆشەویستیدا بێت دەبێتە خاوەنی وزە و توانا، کەسێکە حەزی لە تایبتمەندێتییە و زۆرجار حەز دەکات بەتەنیا نان بخوات، بە تەنیا بخوێنێتەوە، سەفەر بکات و ئەو خواستی تەنیاییەی هەیە.، هەر کاتیش هاوسەرەکەی، یان خۆشەویستەکەی دڵتەنگی بکات یان بێزاری بکات، دەتوانێت دەستبەرداری بێت. هەستی بەهێزی دەسەلاتداری بەو پیاوە دەبەخشێت، کە لەگەڵیدایە ئەگەر پیاوەکە لە دەسەلاتی ئەو کەم نەکاتەوە، بەلام سەرباری بەهێزیی لە ناخیدا لاوازی و نەرم و ناسکییەک هەیە لە خۆشەویستی و خەمباریدا دەر دەکەون.

ژنی کەلووی شێر دەیەوێت لە بزواندنی پیاودا خۆی بنچینە بێت، بەلام هاوکات نایەوێ پیاوێکی بێدەسەلات بێت، واتە دەیەوێت پیاوێکی بەهێز بەلام پاشکۆی ئەو بێت، بۆیە پیاوێکی لەسەرخۆی هێمنی بەدڵە و دەخوازێت خۆی ژیانی کۆمەلایەتیی بەڕێوە ببات و دەبێ پیاوەکە وێڕای زاڵێتیی ژنەکە، ئەو ژیانە کۆمەلایەتییە قبول بکات. ژنی کەلووی شێر عەقلیەتێکی گەشی نییە، بۆیە پێویستیی بە پیاوێک هەیە ئەوەی بۆ قەرەبوو بکاتەوە. بە شێوەیەکی ئاسایی پیاوێکی داهێنەر دەستنیشان دەکات بۆ ئەوەی لاوازیی داهێنانی بۆ قەرەبوو بکاتەوە، مەیلی لە پیاوی هەستیارە کە سۆزەکانی دەر بڕێت، چوونکە ساردوسڕیی سۆز و بە زەحمەت دەرخستنی هەست و هەڵچوونەکانی بۆ قەرەبوو دەکاتەوە.

ژنی کەلووی شێر، لە منداڵییەوە مەیلی بەلای ئەو ئەستێرانەدایە خواستی ڕەمەکییان بەڕوونی تێدا دیارە، کەسێکیشە لەسەرەتای ژیانیەوە وەک کەسێکی لە خۆی گەورەتر هەڵسوکەوت دەکات، ژنێکی بەسۆزە و دەیەوێت بەردەوام لە هاوسەرەکەیەوە نزیک بێت، بەلام پەیوەندیی سێکسیی بەلاوە خاڵی گرنگ و سەرەکی نییە، چوونکە خۆی لە چەندین پەیوەندیی سۆزداریدایە، یان

جگەرە زۆر دەکێشێت یاخود مەی و هاوشێوەکانی دەخواتەوە بۆ ئەوەی تووڕەیی و توندیی خۆی پێدەربڕێت. وا هەست دەکات ماوەیەک بەختیار و دەمێکیش خەمناک و بەدبەختە، چوونکە پێشبینییە سۆزدارییەکانی وەک خەونێک دێن و دواتر بۆی دەر دەکەوێت کە تراویلکەن. خواست و ئەنگیزەی توندی و زبریی تێدایە و ڕەنگە لە زۆر باردا بگاتە ئاستی سادیزمی زایەندی. ژنێکە حەزی لە جلوبەرگی پێستە "جلد" و پێڵاوی پاژنەبەرز کە ئەم دووانە لاساییکەرەوەی سادیزمین.

گرفتی ژنی کەلووی شێر تەنانەت بەبێ بوونی قەناعەتێک خۆی ڕادەستی پیاو دەکات، چوونکە پێی وایە هەر بە شێوەیەکی سروشتی دەبێ ژن لەگەڵ پیاوێکدا بێت بۆیە هەمیشە پەیوەندیی بە پیاوێکەوە هەیە،. بەلام مەرج نییە بۆ خۆشەویستی بێت.

خەسڵەتە سۆزدارییەکانی ژنی کەلووی قرژاڵ؟

ژنێکی ئەویندارە، بەدڵ دەکەوێتە خۆشەویستییەوە، بەلام دەیەوێت خۆشەویستەکەی ببێتە موڵکی، تووشی چەندین پەیوەندیی سۆزداری دەبێت، کە لەگەڵیدا ناگونجێن و ناشتوانێت خۆی لەو پەیوەندییە خراپانە ڕزگار بکات، جیابوونەوە و دابڕانی تەنانەت لە پیاوێکی خراپیش بۆ دەبێتە ئازار و مەینەتییەکی زۆر، کەواتە ژنێکە پیاو بەخراپی مامەڵەی لەتەکدا دەکەن، ژنێکی ژیرە و دەتوانێت لە هەموو ڕەگەزەکانی هێزی پەیوەندییە سۆزداری یان مرۆییەکانی تێبگات، بەلام گرفتی لەوەدایە یان وەک دەستکەوتێکی تەواو یان وەک شکستێکی تەواو بۆ پەیوەندییەکان دەڕوانێت. کەواتە نەبوونی دۆخێکی مامناوەند کێشەی سەرەکییەتی،ژنێکە لە زۆرینەی بارەکاندا چیی بوێت بەدەستی دەهێنێت، بەلام گرفتی لەوەدایە لە زۆرینەی دۆخەکاندا شتانێکی دەست دەکەوێت پێویستیی پێیان نییە، بۆیە تووشی

چەند پەیوەندییەکی خۆشەویستی دەبێت، کە لە بنچینەدا نە خۆشی دەوێن و نە پێویستییشی پێیانە. یەکێک لە کێشە سەرەکییەکانی خواستێتی بۆ گۆشەگیری و چەپاندنی سۆزەکانی، بۆ هاوڕێیان و ئەویندارانی نموونەی قەرەبووکەرەوەی سۆزی دایکە، چوونکە بەسۆزیی زۆری و دەربەستهاتنەکانی وەک دایک، یان وەک چارەسازێکی دەروونیی لێ دەکات، ئەو شوێنەی کە لێیەتی وا لێ دەکات ببێتە جێسەرنجی خەڵکی و کارێک دەکات کەسانی دەوروبەری بن یان ئەو پیاوەی خۆشی دەوێت ئاشکرا هەست بە سۆز و بەزەیی و خۆشەویستیی بکەن، دەبینی بالیفەکە دەخاتە پشتی پیاوەکەی و قاچەکانی بۆ دەشێلێت و هەموو پێشنیارێک دەخاتە بەردەستی، کە ئەو پێیان خۆشحاڵ دەبێت، ماڵەکەی یان نووسینگەکەی دەکاتە لانەیەکی خۆش.

زۆر کەس دەبنە قوربانیی ئەو سۆزەی ژنی کەلووی قرژاڵ و ژیانی خۆیانی ڕادەست دەکەن، لەبەر ئەوەی دەتوانێت لایەنی خراپی خۆی بشارێتەوە چارەساز و یارمەتیدەر و هاوکات دایکێکی باشە. ژنی ئەم کەلووە هەرکات هەست بە خەمناکی بکات گۆشەگیر دەبێت و لە هاوڕێ و دۆستانی دوور دەکەوێتەوە، گەر تووڕەیش بێت و هەست بە نائومێدییەکی زۆر بکات دەبێتە کەسێکی زیانبەخش و هەموو ئەوانە لە خۆی دوور دەخاتەوە، کە خۆشی دەوێن و وایان لێ دەکات ئەوان هەست بە تاوانبارییەکی زۆر بکەن، هەموو کاتێکیش وەک پێویست هەڵسوکەوتەکانی ڕوون ناکاتەوە، کە بۆچی وای کردووە. ژنێکی نەرمونیان، بەسۆز، سەرنجڕاکێشە و زۆر نازی خۆشەویستەکەی دەکێشێت، هاوڕێی ژنی زۆرە، بەڵام متمانەی بە کەمترینیان هەیە، لە پەیوەندی و هاوڕێیەتیدا کەسێکی باشە و لە بۆنەکاندا پیرۆزباییان لێ دەکات، ژنێکە دەتوانێت سۆراخ بکات و بگات بەو پیاوەی لەگەڵیدا دەگونجێت. گرفتی ڕاستەقینەی بێتواناییەتی

لە خۆرزگارکردن لە پیاوی خراپ، کە لەگەڵیدا تەبا نییە، لە سەرەتای ژیانیەوە هاوسەرگیری یان پەیوەندیی سۆزداریی هەڵە دەکات و دواتر بۆی دەر دەکەوێت.

ژنی کەلووی قرژاڵ سەرسەختە، خووی بە خۆیەوە گرتووە و هەمیشە خەمی ئەوەیەتی خۆی لە ئازار و شۆکەکان بپارێزێت، خەم و ترسی هەیە و دەیەوێت بیانشارێتەوە، ئیرەیی و غیرەیشی هەیە کە نایەوێت پێوەی دیار بێت. هەموو ئەو هەستە بەهێزانەیشی لە پەیوەندییەکانیدا دەر دەکەون، کەسێکە لە ئیشوکارەکانیدا سەرکەوتووە، بەڵام دەبێتە قوربانیی هەندێ گرێی کەڵەکەبووی دەروونی. پێویستیی بە پیاوێکە ئەو هەست و هەوەس" میزاج" نەچەسپاوانەی قبوڵ بکات و بە هۆی هەمیشە نزیکبوونەوە لێی هەستبکات پارێزراوە و کەسێک دەربەستی دێت، ژنێکە پیاوی پارەداری خۆش دەوێت، چوونکە بەو جۆرە هەست بە دڵنیایی و چێژ و خۆشیی ژیان دەکات. پیاوی سەرسەخت بەباش دەزانێت، تا لەگەڵ سروشتی خۆیدا بگونجێت، پیاوێکی خۆش ناوێت تووڕەی بکات، چوونکە ئەوکات دەبێتە دڕندەیەکی تێکشکێنەر. ژنی کەلووی قرژاڵ پێویستیی بە پیاوێکە وا بکات ئەو هەست بە مێیەنەیی و ڕێزی خۆی بکات و زۆریش ئەوەی بۆ دووپات بکاتەوە.

ژنی ئەم کەلووە نهێنیی زۆری سێکسی لایە. ژنێکی سەردەمی و هاوچەرخە، ئازادە، حەزی لە خۆشەویستی و سێکسە، پیاوێکی دەوێت تێکەڵەیەک بێت لە کۆنخوازی و هاوچەرخی. سەرباری بەهێزی دەرەکی و متمانەی بە خۆی، بەڵام ژنێکە ترس و نیگەرانی و چەندین گرێ و شپرزەیی دەروونی هەیە.

خەسڵەتە سۆزدارییەکانی ژنی کەلووی تەرازوو؟

ژنێکی لێوانلێوە لە خۆشەویستی و سۆز، لە خزمەتی

کەسانی دەوروبەریدایە.لەو جۆرە کەسانەیە حەزی لە زوو هاوسەرگیریکردنە و لە هاوسەرگیریشدا سۆزدارییەکەی بە دەرفەت دەزانرێت، واتە پیاو ئەو سۆزەی لە خزمەتی خۆیدا بەکار دەهێنێت، ژنێکە بە خۆشەویستی و سێکس و جۆری هاوسەرگیری هاوڕەوتیی نەریتەکان دەکات. بەڵام دوای کاروانێک لە بەخشندەیی و بەسۆزی و هیچ بەدەستنەهێنان و ماندووبوون دژی ئەو دۆخەی دەوەستێتەوە، بۆ خۆڕزگارکردنیش خۆی دوور دەخاتەوە و لەو پیاوە جیا دەبێتەوە، کە خۆشی دەوێت، یان جیابوونەوەی یەکجاری یاخود جیابوونەوەی دەروونی، لە هەندێ باری هەڵچوونیدا ڕەنگە ڕەفتارێک بنوێنێت، کە بەدڵی خۆی نییە بەڵام لەپای هەڵچوونیدا ڕەفتارەکە دەنوێت، ڕەفتاری وەک بەستنی پەیوەندی لەگەڵ کەسێکی تردا، حەزی لە هاوسەرگیرییە لەگەڵ پیاوێکی لە خۆی گەورەتر، ژنی ئەم کەلووە ئەویندارێکی گوێڕادێرە و حەزی لە گفتوگۆی پیاوێکە بە جوانی و لێزانی قسە بکات، بەلای ژنی ئەم کەلووەوە پارە بۆ خۆپاراستن لە ستەم و ستەمکار گرنگی خۆی هەیە، ساڵی یەکەم و دووەمی ژیانی هاوسەرگیری یان سۆزداری بۆ ئەم جۆرە ژنە زۆر گرنگە، چوونکە ئاراستەی دەروونی و فیکریی لەگەڵ ئەو پیاوەدا و لەگەڵ ژیانیشدا بەگشتی بۆ دروست دەکات. ژنێکە لەیەک کاتدا ڕق و خۆشەویستی بەکار دێنێت بۆیە سڕینەوەی پیاوی بێزارکەر لە ژیانیدا کارێکی گرانە، حەزی لە کاروباری نەچەسپاو نییە دەبێ هەموو شتێک هاوسەنگ بێت، تا هاوسەنگیی دەروونیی بۆ دروست بێت، چوونکە هەر جۆرە کەموکورتییەک لە هاوسەنگیی سۆزدارییدا هەبێت ئیدی لە زۆر کاروباری ژیانیدا کەموکورتی بۆ دروست دەبێت، ماوە ناماوەیەکیش لەبەر سەرنەکەوتنی هەر پەیوەندییەکی لە ژیانیدا هەست بەتاوانباریی خۆی دەکات. ئەگەر لە ڕووی سۆزدارییەوە

تێر نەبێت تووشی ڕادەیەک لە خەمۆکی دەبێت، بۆیە بە کۆپلەیەک میوزیک بێت یان بە شووشەیەک عەتر یان بە گوڵێک دەیەوێت ورەی خۆی بەرز بکاتەوە.

ژنی ئەم کەلووە کەسێکی هەستیار و ناسکە و زۆر بەباشی چێژ و خۆشی لە سێکس وەر دەگرێت، کە لە نێوجەرگەی سێکس و خۆشەویستی و ئازادیدا دەبێت بە خۆشییەوە هەرپێنج هەستەکەی بەکار دەهێنێت. کەسێکە حەزی لە چیرۆک و فیلمە ڕۆمانسییەکانە و دەیەوێت لە کەشوهەوایەکی شاعیرانە بە گوڵ و مۆمەوە گرتە و دیمەنی هاوشێوە بخاتە ژیانی سۆزدارییەوە، منداڵێکی بچووک لە ناخیدایە دەیەوێت ڕابژێنرێت و نازی بکێشرێت. ژنی کەلووی تەرازوو شێوەی خۆی زۆر بەلاوە گرنگ و پەسەندە، لە زۆرینەی کاتەکاندا ژنێکی جێسەرنجی ژن و پیاوانیشە، کەسێکی سەربەخۆیە و نایەوێت پاشکۆی پیاو بێت، بەڵام لە هەمان کاتدا پێویستیی بەوەیە پیاوێک ببێتە دڵنیاییەکی کاتی" یەدەک" نەوەک بنچینەیی لە ژیانیدا. ژنی ئەم کەلووە پێویستیی بە نازکێشان و هۆگرکردنە وەک چۆن پشیلە یان منداڵێک هۆگر دەکرێت، هەرچەندە بە شێوەیەکی نەستەکی سەرنجڕاکێشە، بەڵام متمانەی تەواوی بە شێوەی خۆی نییە، بەڵکوو بە شێوە و فیکریش دیلی ڕاگەیاندنە و کە دەڕوانێتە گۆڤار و فیلمەکان دەبێتە دیلی ئەوانەی دەیانبینێت و دەیانخوێنێتەوە، تەنانەت لە سەرجێی خەوتنیشدا لەگەڵ هاوسەرەکەی زەینی بە شێوەی خۆیەوە سەرقاڵە و بەو هۆیەشەوە لە چێژ و خۆشییە سروشتی و ئاساییەکەی بێبەش دەبێت، لە شێوەی دەرەکییدا جوان و قەشەنگ دەر دەکەوێت، بەڵام ڕەنگە لە ناخەوە بێمتمانەیی یان تێرنەبوونی سۆزداری و ڕەمەکی هەبێت.

خەسڵەتە سۆزدارییەکانی ژنی کەلووی دووانە؟

ژنێکە زوو زوو دەگۆڕێت، وا لە هاوڕێکەی دەکات هەمیشە لە هەڵەداواندا بێت، دەیەوێت زۆرترین کەس بناسێت، حەز دەکات خەڵکێکی زۆری لە دەوروبەر بن، بەڵام بەبێ پێشەکی و لۆژیک واز لە هەندێ پەیوەندی دێنێت و پەیوەندیی تر دەبەستێت. هاوەڵێکی باشە چوونکە دەتوانێت بە هەستی شەشەمی هەست بە پێویستییەکانی هاوەڵانی بکات، بەڵام لە پەیوەندیی خۆشەویستیدا قورسە. هاتن و چوون و نەچەسپاویی لەسەر پەیوەندییەکانی دەگەڕێتەوە بۆ خواستی لە ورووژاندن و سەرسامکردنی خەڵکی – هەمیشە دەیەوێت کەسێکی نوێ سەرسامی بێت – کەسێکی زۆر باشە بۆ ئاهەنگەکان و قسە لەگەڵ ئەمدا دەکات ئەوی تر دەدوێنێت و لەنێو ئامادەبووانیدا دیالۆگێک دروست دەکات، کە دەبێتە ڕۆحی ئاهەنگەکە. بۆ کەسێک گونجاوە کە نەیەوێت هەمیشە نزیکی بێت، چوونکە ئەو لە شوێنێکدا ناگیرسێتەوە و بەخێرایی ئەملا و ئەولا دەکات. ژنێکە بڕوای بە یەکەمین دید و بینین هەیە بۆیە لەیەکەم بینیندا یان دەکەوێتە خۆشەویستییەوە یان دوور دەکەوێتەوە، متمانەیەکی زۆری بە دید و هەستەکانی دەرهەق بە خەڵکانی تر هەیە و هەمیشە یەک بڕیار دەدات، ژنێکە حەزی لە دووزمانی نییە بەتایبەتی لەبارەی شکۆ و ئابڕووی کەسانی تر، بەڵام بەهرەمەندیشە لە بە باشی گێڕانەوەی سۆزدارییەکانی خۆی و کەسانی تریش.

زۆر بەباشی هەستەکانی خەڵکی دەزانێت، بەڵام هەستە تایبەتەکانی خۆی نازانێت. لەو جۆرە کەسانەیە دەکرێت بگوترێت قسەی شەوانی هەیە و ڕۆژ دەیسڕێتەوە، چوونکە سۆزداری و گفتوگۆی لەگەڵ خۆشەویستەکەیدا لە ئێوارەدا پێچەوانەی قسە و سۆزدارییەکانی بەیانییەتی، دەشێت بۆ ماوەیەکی زۆر خۆشەویستەکەی یان هاوڕێکەی جێبهێڵێت و دواتر بگەڕێتەوە. زۆر ژیرە، خاوەنی سۆز و خۆشەویستییە، دەتوانێت لە چەندین

پەیوەندیدا بێت و دڵی هەموویشیان ڕازی بکات هەرکەسێک بێت، لە باری سۆراخکردنیدا بۆ ئەو پیاوەی خۆی دەیەوێت پەیوەندییەکەی قبوڵ دەکات و کۆتاییشی پێ دەهێنێت، بێهەستکردن بەتاوانباری پەیوەندی بە پیاوێکەوە دەبەستێت و یەکێکی تریان ڕەت دەکاتەوە. لە کاروباری سۆزدارییدا پشت بە قەبارەی پرسەکان دەبەستێت نەک هۆشیاریی خۆی..لە واقیعیشدا ترسێکی هەیە لە پێکەوەبوون و لەیەکنزیکیی سۆزداری، هەمیشە لە حاڵەتی بەرگرییشدایە لە ترسی ئەوەی لە ئاکامی پچڕانی پەیوەندییەکەی لە دڵەوە تووشی ئازار بێت، لە هەمان کاتیشدا خەمی تەنیایی هەیە بۆیە دەیەوێت خەڵکێکی زۆری لە دەور بن، فێڵ و تەگبیری خۆی هەیە بۆ ئەوەی وا بکات خەڵکی نموونەیی دەر بکەون، کەسێکی سەراسیمە و نیگەرانە و ئازادی و خۆشەویستیی دەوێت، کاتەکەی کراوە بە دوو بەشەوە، بەشێکیان بۆ بەختەوەرکردن و قاییلکردنی ئەو پیاوەی خۆشی دەوێت و بەشەکەی تریشی بۆ ئازاردانی، هەرچەندە ئەو خۆشەویستیی دەوێت، بەڵام ئەوەی وا دەکات هەڵبێت و دوور بکەوێتەوە ئەرکی بەرپرسیارێتییە لە خۆشەویستیدا، کاتێک لە خۆشەویستیدا دەبێت لە هەڵچوونێکی زۆری جووڵە و سۆزدارییدا دەبێت. لە یەک کاتدا لەگەڵ چەند پیاوێکدا نابێت، بەڵکوو حەزی لە گۆڕینە، واتە لە ئێستادا پیاوێک و دوای ماوەیەکی زۆر پیاوێکی تر و بەوجۆرە.. بڕوای بە فرەجۆری هەیە، بەڵام ماوەی نێوانیان لەیەک دوور بێت.

پیاوی هاوسەردار سەرنجی ڕاناکێشێت، خۆیشی ژنێکە زیاتر لە شوویەک دەکات، سروشت و ئاکارێکی هەیە لە خۆشەویستیدا و کە پیاوی پێشتر جێدەهێڵێت بەبێ هەڵە و بە شێوەیەکی ئایدیالیستی تەماشای دەکات.

ژنی کەلووی تەرازوو هەستیارە، کە لە خۆشەویستیدا بێت

کەسێکی نەرمە، حەز دەکات پیاوەکەی پیرۆز ڕابگرێت، بەڵام خواستی گەیشتنی بە ڕەمەک کۆتاییی بەو هەستەی دەهێنێت.

سێکس بەلایەوە تەنها کردەیەکی میکانیکی و یارمەتیدەری پشوودانە بە مێشک و کۆئەندامی هەستەدەماری، هەستکردن بە خۆشەویستی و سێکس خاڵی گەیشتنە بە کۆتایی پەیوەندییەکەی، بەڵام گەمەی بگرەوبەردە و گەیشتن بە کۆتایی یان تووشبوون بە پەیوەندییەکی سۆزداریی باشتری پێ باشە بۆ ئەوەی دوور بکەوێتەوە.

خەسڵەتە سۆزدارییەکانی ژنی کەلووی نەهەنگ؟

ئەم ژنە پێویستیی بە پاراستنە، تۆ بیپارێزە ئەویش لە هەموو شتێک تۆ دەپارێزێت، کە تووشت بێت ئەگەر لە ژیانی ئەودا بیت، گرفتی ژنی ئەم کەلووە ئەوەیە وەک پێویست خۆی خۆش ناوێت، ژنێکی وریایە و تا پیاوێکی خۆش نەوێت متمانەی تەواویشی پێی نەبێت هەموو هێلکەکانی خۆی ناخاتە یەک سەبەتەوە و ئەمەیش بە دەگمەن ڕوو دەدات، دەتوانێت کارێک بکات ئەوەی لە نزیکێتی خۆی خۆش بوێت و نرخی خۆی بزانێت، زۆر کەمیش پیاوێک دەدۆزێتەوە نرخی بزانێت و وەک پێویست بیپارێزێت. دەتوانێت نیگەرانیی کەسانیتر نەهێڵێت، بەڵام بۆ خۆی ناتوانێت، هەمیشە لە ترسی ئەوەدایە خەڵکی ڕەت بیکەنەوە، ڕادەیەکی دیاریش خوددزیی تێدایە و ئەو پیاوەی لەگەڵیدایە بەتەواوی هەست بەوە دەکات.

پێویستی بە هاوەڵێکی بەردەوامە، کە هانی بدات، بەڵام زۆر متمانەی بە هاوەڵانیش نییە، دەتوانێت ئەو پیاوەی دەیەوێت فریوی بدات و بەلای خۆیدا ڕابکێشێت، دەچێتە پێستی کەسێتیی دایکی یاخود ئەو کەسێتییەی نەریتی خۆی لەبارەی ژنەوە وێنەی بۆ دەکێشێت، ژنێکی نەریت و ئاکار خۆشویستراوە و

لەسەرەتای پێگەیشتنیەوە بەئاسانی هاوڕەوتی گەشەسەندنی ڕەمەکی نابێت. بۆ ماوەی زۆر دووچاری خەمۆکی دەبێت، ژیانی سۆزداری و دەروونییشی زۆر بەزوویی دەگۆڕێت، چوونکە ئەو گۆڕانە هاودەمی گۆڕانی بەردەوامی باری دەروونییەتی بەگشتی، ژنێکی ئەندێشەدار و بە زیندەخەوە، زوو ناکەوێتە نێو ئەزموونی سێکسییەوە، چوونکە پارێزگار و دوودڵ و ڕاڕایە و هەر لە منالییەوە بەردەوام هەست بە تاوانباری دەکات، لە سەرەتای ژیانیدا ترس و ناڕوونیی دەرهەق بە پیاو هەیە، کە دەبێتە دایکیش هەمان هەژموون و چاودێریی کۆمەلایەتی بەسەر منداڵەکانیدا دەسەپێنێت، کە لەبارەی ژیانی زایەندییەوە بەسەر خۆیدا سەپێنراوە، ژنێکی کارایە، بەرپرسیارە و پێی وایە کارەکەی بەشێکی گرنگە لە خودی خۆی، ئەوانەی لە بازنەی بەرپرسیارێتیی ئەویشدان بە کەسێکی نموونەیی و ئیشکەری دادەنێن، ئەمەیش دەگەڕێتەوە بۆ ئەوەی کەسێکە زۆر دەربەستی کاروبارەکان دێت. ناگری، بەلام گریان ئامرازێکی ڕاستودروستێتی بۆ سەرفرازابوون، بە هەستیاری و ڕەمەکی لەدایک بووە، بەلام زۆر بەدەستی ئەنقەست ئەو هەستیارییە لە ناخیدا دەمرێنێت. لای هەندێ لە کچانی هەرزەکاری کەلووی نەهەنگدا زۆرجار وا ڕوو دەدات، کە وێڕای هەستکردن بە تاوان و بێزارییش تەنها بۆ قاییلکردنیان خۆیان ڕادەستی پیاو دەکەن، ژنی ئەم کەلووە بە سروشتی خۆی هونەرمەندە، بەم خواستە هونەرییەش دەتوانێت لە ژیانی سێکسییدا هونەر بنوێنێت نەک خۆشی و چێژەکەی تەنها بۆ خۆشی و چێژبینین بێت. بە شێوەیەکی نەستەکی ئەو سێکسە دەکات، کە پیاو تا ڕادەی ناچارکردنی دەیەوێت، ڕەنگە ئەمەیش بۆ هەستکردن بە تاوانباریی لەبارەی سێکسەوە بگەڕێتەوە. خۆی دەزانێت و دڵنیایە لەوەی دوودڵ و ڕاڕا و مکوڕە، بەلام

ئـەم خەسـڵەتەی خـۆی بەگـەڕ دەخـات و بەوەیـش وا دەکات پیـاو هەسـت بـکات، کـە خۆشـی دەوێـت. بـە شـێوەیەک دڵـی ئـەو پیـاوە ڕادەکێشـێت کـە لەگەڵیدایـە، کـە وا هەسـت بـکات ئـەم ژنـە کەسـێکی تایبەتـە، تێربوونـی سـۆزداریی دەبـێ بەجیـددی و قووڵـی بێـت لـە تێربوونـی سێکسییشـدا دەبـێ بڕێـک گەمـە و دەسـتبازیی تێدا بێت تـا قبوڵـی بـکات. نهێنیپارێزە و نهێنییـە سـۆزداری و سێکسـییەکانی تەنانـەت بـۆ خۆشەویستەکەیشـی ناخاتـە ڕوو، تەنانـەت ئەگـەر بـە خۆشەویسـتییش هاوسـەرگیری بـکات دوای ماوەیەکـی درێژخایـەن نەبێـت هەمـوو ئـەو شـتانە ناڵێـت، کـە بـۆ سـێکس بەدڵـی ئـەون. ژنێکـە حـەزی لـە کتوپڕییـە، ژنـی کەلـووی نەهەنـگ بـەو تـرس و بێمتمانەیـی و خەمۆکییـەی کـە لـە خەسـڵەتە بنچینەییەکانێتـی، پیاوێکـی قسـە و ڕووخۆشـی دەوێـت، کـە بـە ڕوونـی دڵنیایـی و خۆشەویسـتیی پـێ ببەخشـێت، ئـەوکات لەگەڵیـدا یـەک دەگرێـت و هەنـدێ جاریـش پیـاو لـەو یەکگرتـن و زۆر نزیکییـەی بێـزار دەبێـت.

خەسـڵەتە سـۆزدارییەکانی کەلـووی ژنی"جیهانـی و تێکـەڵ" یـان فـراوان چییـن؟

کەلـووی جیهانـی، یـان تێکـەڵ زاراوەیەکـی دەروونـی و نوێیـە، ئەستێرەناسـان تێبینییـان کـردووە گرووپێـک لـە خەڵکـی هـەن سـیفەت و خەسـڵەتی هاوشـێوەی هەمـوو کەلووەکانیـان هەیـە، بەتایبەتـی خەسـڵەتە باشـەکانی هـەر کەلوویـەک لـە کەلـووەکان. ژنـی کەلـووی جیهانی"تێکـەڵ" یـش نموونـەی ژنـی هاوچەرخـە، سـەرنجڕاکێش، زیرەک، جـوان و لـە بـەردڵان، ئیشـکەر و مێینـە لـە هەمـان کاتـدا. ژنـی هاوچـەرخ زۆرینـەی ڕەوتـی خۆکردانـەی بـەرەو کەلـووی لەدایکبوونـی لەدەسـت داوە و بـە هێـزی ویسـت و ورەی خـۆی توانیویەتـی چەنـدین سـیفەت و خەسـڵەتی بـاش بخاتـە سـەر ئامادەییـە خۆڕسـکەکانی.

ئەم ژنە خەسڵەت فراوانە هەموو ڕەفتاری خۆشەویستییە و زۆر باشیش دەزانێت، کە ئاخۆ لە چیرۆکی خۆشەویستیدا دەژی یان بە واقیع و کرداری کەوتۆتە خۆشەویستییەوە. ئاگاداری ئەوەیە نەبادا پیاوێک هەموو هێزی لێ داگیر بکات بۆیە زۆر بەوریایی گەمەی سۆزداریی دەکات. لە چیرۆکی خۆشەویستیدا ژیان بەسەر دەبات بێئەوەی ڕێگە بدات تێک بشکێنرێت. ئەم ژنە فراوانگیرە دەزانێت کە خۆشەویستی نە زەنگینی و نە دڵنیاییش دەبەخشێت، بەڵام لایکەمی خۆشییەکە لە ژیاندا. حەز ناکات پیاو هەست و سۆزی بەلاوازی بزانێت و ئەگەر هەست بەوە بکات بێگومان بۆی ڕوون دەکاتەوە ئەگەر لەو پێناوەیشدا ڕادەیەک توندی و دڵڕەقییش بنوێنێت. ژنی کەلووی جیهانی دوو جیهانی هەیە، کە بە خۆشەویستی و کردارییانە مامەڵەیان لەتەکدا دەکات، ئەو دوو جیهانەیش ماڵ و کارەکەیەتی. ژنێکە تەنانەت لە هەڵەکردنی سۆزدارییشدا حەز ناکات داوای لێبووردن بکات و زۆر بەوریاییش گوزارشت لە سۆزەکانی دەکات. ژنێکە دووچاری حەزی دەسەڵاتداری و زاڵبوون نەهاتووە و دەزانێت لە خۆشەویستیدا ئەو حەزە ماڵوێرانییە بۆیە هەوڵی زۆریش بۆ پارێزگاریکردن لە خۆشەویستەکەی دەدات، ئەگەر ئەویش بیەوێت واز بهێنێت ئەم بەو لەیەکدابڕانە ژیانی خۆی تێک نادات.

ژنێکی بەخشندەیە و بۆ بووژاندنەوە و نوێکردنەوەی ژیانی سۆزداریی لەگەڵ خۆشەویستەکەیدا هەگبە بەتاڵ نییە. تەنها وەک دڵەکوتێ بۆ خۆشەویستی ناڕوانێت، بەڵکوو بە وەلامدانەوەیەکی پێگەیشتوانەی نێوان ژن و پیاوێکی دەزانێت. ژنێکە پیاو وەک هاوڕێ، دۆست، ئەویندار، هاوسەری دەبینێتەوە، ئەزموونی وای لێ دەکات بەتوانا بێت لە بینینی هەموو ڕۆڵە سۆزدارییەکان، پیاوێکی بەدڵە متمانەی بە خۆی هەبێت و بەخشندە بێت وەک چۆن ئەو لە بەخشندەیی ئەم وەر دەگرێت. حەزیش دەکات

کەمێک ناڕوونیی تێدا بێت و پێش ئەوەی ئەم شتێک بڵێت ئەو تێبگات، کە دەیەوێت چی بڵێت، هەرکاتیش قسەیان پێکەوە کرد دەیەوێت بەڕوونی قسە بکات و خاوەنی لۆژیک و بەڵگە بێت و نەکەوێتە هاوار و هەلانانەوە، بەڵکوو گفتوگۆ بکات. ژنی ئەم کەلووە ڕێگریی لەوە نییە خۆشەویستەکەی بکەوێتە کێشەوە بگرە زۆر بەباشی پشتگیریی دەکات و هەروەها ڕێگریی لەوەیش نییە نازی پیاوەتیی بکێشێت ئەگەر بە پێویستی زانی. حەزیش دەکات لە هەڵوێستە سۆزدارییەکاندا کەمێک نەرمونیانی و لاوازیی هەبێت تەنانەت ئەگەر بگاتە ڕادەی گریانیش.

ژنێکە بە خۆشەویستی وەلامی خۆشەویستی دەداتەوە، کەسێکی ڕۆحانیی لێوانلێوە لە جەستەیەکی تینوو بۆ خۆشەویستی و سێکس. لەو بڕوایەدا کە سێکس بەبێ خۆشەویستی ناتەواوە بۆیە لە خواستی بەرەو کەماڵ چوونەوە بڕێکی زۆر خۆشەویستی بە ژیانی سێکسیی دەبەخشێت، حەزی لە سێکسە و بە کارێکی سروشتیی دەزانێت و دەیەوێت خۆی و بەرانبەرەکەیشی تێر بن، ڕقی لە تێربوونی یەکلایەنەیە. ژنێکی ئاسایی و سروشتییە نە هەستی تاوانباری و نە ترس لە خۆشەویستی و سێکس دای دەگرێت و زۆر بە ڕوونی و ڕاشکاوانە گوزارشت لە پێویستییەکانی دەکات.

خەسڵەتە سۆزدارییەکانی ژنی کەلووی گا ؟

پیاوی کەلووی گا وێڕای سەرکەشی و ملهوڕی، بەلام حەز دەکات ژن لە سۆراخی ئەودا بێت نەک ئەم عەودالی ئەو بێت. پیاوی ئەم کەلووە کەسێکە چاوەڕێی ئیشارەتێک لە تۆ دەکات و دواتر زۆر بەخێرایی وەلامت دەداتەوە، ئەمە سروشتی تەمبەڵی پیاوی کەلووی گایە و هاوکات سروشتی کەمەکاری و پێچوپەناکردنیشە. پیاوێکە جووڵەی سۆزداریی وردە وردە

و خـاوە و زۆر بەکەمـی لـەو ژنـەی بەردەمیـدا شـتی جێسـەرنج دەبینێت مەگـەر زۆر ڕوون و دیـار بێت، بۆ ژنـی ئاسـایی مایـەی نائومێدییـە چوونکـە زۆر ڕاشـکاوانە خواسـتی ڕەمەکـی نمایـش دەکات و لـە واقیعیشـدا سـێکس بەلایـەوە زۆر گرنـگ و بایەخـدار نییـە، بـەلام ئەگـەر ئەویندارى یـەک ژن بێـت و ئەویـش بیەوێـت غـرورى پیاوەتیـی تێـر بـکات ئـەوکات لـە نوێنـدا ئاژەلانـە ڕەفتـار دەکات .پیاوێکـە بەخۆیـدا دەنازێـت و هـەرکات سـەیرى جەسـتەى خۆى بکات پێی وایـە لـە هەمـوو کـەس زیاتـر مایـەى سـەرنجە و تەنانـەت مـاڵ و خواردنـی خۆیشـی لـە مـاڵ و خواردنـی خەڵکـی بەباشـتر دەزانێـت. پیـاوى کەلـووى گا ژیانـی خۆشـی مـاددى و بوونـی دارایـی بەدڵـە. کەسـێکی "خـاک" زەمینییـە، بۆیـە خواسـتی خاکـی زەمینـی بـە ڕوونـی لـێ دەبینرێـت، واتـە زوو دەورووژێنرێـت و کەسـێکی ڕەمەکییـە، بـەلام خۆویسـتە. هەرچەنـدە قسـەى زۆر لـە بـارەى ڕەمـەک و خواردنـەوە دەکات، بـەلام زۆریـش حـەزى لێیـان نییـە و پرسـەکە تەنهـا قسـەکردنە بۆ تێرکردنـی ئـەو خواسـت و ئەنگێزەخاکـی و زەمینییـەى کـە هەیەتـی. خۆویسـتییەکەى واى لـێ دەکات لـە سـۆراخی ژنێکـدا بێـت ئـەو خەرجـی بۆ بـکات، واتـە لـەو جـۆرە پیاوانەیـە پەیوەنـدى لەگـەڵ ژنـی دارا و دەوڵەمەنـدا دەبەسـتێت، کـە ئـەو ئەویندارى ئـەم بێـت و ماچـی بـکات و تەمبەڵـی و خەرجەکانیشـی لەئەسـتۆ بگرێـت.

پیـاوى ئـەم کەلـووە شـتێکی هەیـە، کـە ئـەو ژنـەى لەگەڵیدایـە نازانێت لەکوێـوە دێـت و بۆ کوێ دەچێـت و حـەزى لـە ژنێکیش نییـە بۆ ئـەوە لێکۆڵینـەوەى لەگەڵـدا بـکات. ئەگەرچی درۆیـش نـاکات و ئـەوە سروشـت و خوویەتـی. پیـاوى ئـەو سـاتەوەختەیە و هـەرکات ویسـتی دەڕوات، کەسـێکی ئـازادە و ڕقـی لـە خۆبەسـتنەوەیە بـە کۆتوبەنـدى پەیوەندییەکانـەوە، بۆ ئەوەى ژن بتوانێت پەیوەندییەکی قـووڵ و بەهێـزى لەگەڵـدا ببەسـتێت کاتێکـی زۆرى دەوێـت. ئـەم

پیاوه حەزی لە زۆرترین پەیوەندیی سۆزدارییە، بەڵام بەبێ هیچ پابەندییەک، پیاوی کەلووی گا شاخی هەیە، شکاندنی شاخەکانی، یان سیاسەتی مامەڵەکردن لەگەڵیدا بە شێوەیکی باش، هەنگاوی یەکەم دەبێت بۆ کۆنترۆڵکردنی، پیاوێکی نەرمونیانە و ژنێکیش بەباش دەزانێت کە لە ڕووی سۆزداری و ڕەمەکییەوە ناسک و نەرمونیان بێت لەگەڵیدا، بەڵام گرفتی ئەم پیاوە ئەوەیە نابینایە، واتە وزە و توانا و حوکمدانی بەسەر خەڵکیدا کوێرانەیە، بۆیە زۆر ژنی باشی لەدەست دەچێت، کە ڕەنگە ببنە ژنی ڕاستەقینەی ژیانی. پیاوی کەلووی گا خواست و ئەنگێزەی "هەوا"ی هەیە و زۆر جاریش خۆشەویستی کلپەی لێ هەڵدەسێنێت و بە ژنێکی پێچەوانەی خۆیەوە باڵ دەگرێتەوە. کەسێکە پەرە بە شێوازی سۆزداریی نادات و دەبینین لەگەڵ هەر ژنێکدا بێت هەمان شێوازی چەسپاوی هەیە، بەڵام هاوکات پیاوێکی هەست و سۆز گەرمە، پیاوێکە ئەگەر پارە و دارایی هەبێت لەگەڵ ئەو ژنەی لەگەڵیدایە سەخی و بەخشندەیە، سێکس بەلایەوە چێژ و خۆشییە ئەگەر ژنەکە بتوانێت لە ڕووی سۆزدارییەوە داگیری بکات و لە گرێ و ئاڵۆزییەکانی تێ بگات. پیاوێکە ژنی لەبیر دەچێتەوە ئەگەرچی ماوەیەکیشی بەخۆشی لەگەڵدا بەسەر بردبێت، ئەگەر لە پەیوەندییەکی بەهێزی خۆشەویستییشدا بێت هێشتا حەزی لە کەمێک تەنیایی هەر هەیە.

خەسڵەتە سۆزدارییەکانی پیاوی کەلووی شێر؟

پیاوی کەلووی شێر سەرنجی ژنان ڕادەکێشێت و لە سۆزدارییدا زۆر بەخشندەیە، لە هەموو پیاوێک ڕەمەکی بەهێزترە و زوویش دەکەوێتە چالاکیی سێکسیی جۆراوجۆرەوە.

پیاوێکە هەست بە هێزی گشتیی دەکات، پێشبینی دەکات لە هەموو کاروبارێکیدا سەرکەوتوو بێت و لە سۆزداری و

پەیوەندییە ئەشقینییەکانیدا شکست قبوڵ ناکات و ئەگەر تووشی شکستیش بێت زۆر خەمبار دەبێت، خۆ ڕاناگرێت ئەگەر ژنێک ڕەتی بکاتەوە، بۆیە شێوازی ژیانی گشتی و سۆزداریی بەتایبەتی بەهێز و بەتاو و ڕکابەرییە. لەگەڵ ئەوەیشدا بەئاسانی دەکەوێتە خۆشەویستییەوە، بەڵام پرسەکە لە ڕاستیدا ڕەنگە سۆزدارییەکی ڕاستەقینە نەبێت هێندەی وەڵامدانەوەی ژنێک بێت، کە بەلایەوە سەرنجڕاکێش و جوانە. پیاوێکە حەزی لە نمایشکارییە بۆیە ژنێکی بەدڵە بە دەرخستنی تواناکانی سەرسام بێت. لە ڕەفتارەکانیدا لە هەردوو لادای تەوەرەکەدایە ، بەتوندی سەرگەرمی ئامانجێک یان درووژانێکی سۆزداری دەبێت، واتە بە پلەی یەکەم پیاوی درامایە. پیاوێکە کاری لە پێشینەی دەوێت و دەخوازێت خەڵکی باسی بکەن، بۆیە خۆشەویست بێت یان هاوژینی ویستراو، لای ئەو کەسێکە دەبێ دەنگوباسی گەورەیی ئەم بە هاوڕێکانی بگەیێنێت، لە یەکەم ڕوانینەوە لەگەڵ ژنێکی جوانی بێخۆشەویستدا دەکەوێتە خۆشەویستییەوە. هەمیشە هەست دەکات لە پیاوانی تر باشترە، پیاوی کەلووی شێر کەسێکی هەڵپەکاری سەرچڵ نییە، بەڵکوو بەوریایی هەنگاو دەنێت و لە پرسە سۆزدارییەکاندا شکۆی خۆی دەپارێزێت. کەسێکی ڕەخنەگرە بەڕوونی خەوشەکانی ژن دەبینێت ئەگەرچی باسیشی نەکات. پیاوی ئەم کەلووە لە خۆشەویستی و سێسکدا شارەزا و هونەرمەندە، بەڵام دەیەوێت خۆی لە سێکسدا لایەنی بەهێز بێت، ژنی ژیر دەتوانێت تووشی ساردوسڕی و لاوازیی سێکسی و سۆزداری بکات، ئەگەر خۆیشی لەگەڵ ژنێکی ساردوسڕدا بێت بەتوندی سزای دەدات، چوونکە پێی وایە ئازاری " من – أنا" ی داوە.

خەسڵەتە سۆزدارییەکانی پیاوی کەلووی قرژاڵ؟

پیـاوی کەلـووی قـرژاڵ پیـاویماڵـە، شـەیدای مـاڵ و مناڵـە و ماڵەکـەی خـۆش دەوێـت، پیاوێکـی بەسـۆز و خۆشـنوود و خەڵـک خۆشویسـتە، بـە سـۆزێکی گـەرم وەڵامدانـەوەی بـۆ هەمـوو پێویستی و داخوازییەکانی ژیـان هەیـە و خەسڵەتە باشـەکانی زۆر لـە خـەوش و نەرێنییەکانـی زیاتـرن.

پیـاوی کەلـووی قـرژاڵ خەمۆکیـی هەیـە و هەندێـک جـار وای لێ دەکات لـە ڕووی دەروونییەوە نەخـۆش دەر بکەوێت، یـان بـەو خەمۆکییـە، کـە هۆکارەکانـی دیـار نیـن یـان جێـی قەناعـەت نیـن، کاریگەریـی لەسـەر دەوروبەریشـی دەبێـت.

هـەروەس "میزاج" ی تونـد و پەرگیرە، زۆر هەستیارە و ئەگـەر هەیـە بچووکترین جووڵەی خۆشەویستەکەی بە پرسێکی کەسێتی بزانێـت، هـاوکات کەسـێکی بەدگومانـە، ترسـی ڕەتکرانـەوەی هەیـە و لـەوە دەترسـێت خۆشەویسـتەکەی ڕەتـی بکاتـەوە یـان بەجێـی بهێڵێـت، بـەڵام ژیـرە و دەزانێـت چـۆن ئـەو تـرس و خەمۆکییـەی بشـارێتەوە بۆیـە بەڕواڵـەت پێچەوانـەی تـرس و خەمۆکییەکـەی ڕەفتـار دەکات و خـۆی بـە کەسـێکی کـراوە و گاڵتەچییش پیشـان دەدات.

پیـاوی ئـەم کەلـووە شـەیدای خۆشەویسـتەکەی دەبێـت و کەسـانی دەوروبەریشـی خـۆش دەوێـت و پیاوێکـە بـاس لـە خەسـڵەتە جـوان و شـیرینەکانی کەسـی بەرانبـەری دەکات.

وێـڕای گەرموگوڕیـی لـە سـۆزداریدا، بـەڵام پیـاوی کەلـووی قـرژاڵ خـۆی لـە جوغزێکـدا حەشـارداوە و دەترسـێت و دوودڵـە، هەندێـک جـار زۆر بیـر دەکاتـەوە تـا لـە ترسـی ڕەتکردنـەوەدا هەنـگاوی یەکەمـی دەنێت، هەندێجاریش و بـە هـۆی ئـەو ترسـەوە و پێچەوانـەی ترسـەکەی دەچێتـە پێـش و ملهـوڕی دەکات، بەوریایـی دەڕوات و دەیەوێـت لەنێـو جوغزەکەیـەوە خـۆی لـە ئـازار و زیانبەرکەوتـن بپارێزێت. پیاوێکی خەملێنـەرە و پێی باشـە

ئەو ژنەی خۆشی دەوێت بتوانێت زەینی ئەم بخەملێنێت. پیاوی كەلووی قرژاڵ زۆر حەزی لە خواردنە و لەو جۆرە كەسانەیە كە دەڵێن، " نزیكترین ڕێگە بۆ دڵی پیاو گەدەیەتی" بۆیە دەبینین ئەویندار و شەیدای ژنێكە خواردنی باش بزانێت و لە خواردنی خۆش تێری بكات، حەزی لە سێكسە بەڵام تەمبەڵە و زۆر جار دوای دەخات بۆ كاتی تر.

لەبەر ئەوەی پیاوی كەلووی قرژاڵ " ئاوی" یان ئاوەكییە، بۆیە حەزیشی لە دەستلێدان و ئاوێزانبوون و بەدەورداهاتنی بەردەوامە. ترسی ڕابردووی لە دڵدایە، دەزانێت ڕابردوویەك هەیە و مەسەلەكەیش بەلایەوە دوودڵی و ڕاڕاییە، بۆیە ئەگەر باسی ڕابردووی بۆ بكرێت تووشی گومان و ڕەتكردنەوەی خۆشەویستەكەی دەبێت، پیاوی ئەم كەلووە پیاوی دەسەڵات و هەژموون و زاڵبوون و زۆر بە غیرەیە و لە خۆشەویست یان هاوسەرەكەی نابوورێت ئەگەر بەڕێكەوتیش سەیری پیاوێكی تر بكات. غیرە و تووڕەیی و ڕقی دەخواتەوە و لەناكاودا دەتەقێتەوە، پیاوێكی ترسنۆك و هەندێك جاریش بێغیرەتە هەرچەند پێچەوانە خۆی پیشان دەدات. پیاوی مانگییە و لەگەڵ كامڵبوونی مانگدا هیچ پیاوێكی ناگاتێ لە خۆشەویستی و ڕۆمانسییەتدا. پیاوێكە پێویستی بە ژنێكە بەردەوام ئیشە باشەكانی بێنێتەوە بیر تا هەست بە متمانە بە خۆی بكات، هەندێك جار توند و تووڕە و بەهێز دەر دەكەوێت، بەڵام ئەوە تەنها قاوغەكەیەتی و لە ڕاستیدا كەسێكی نەرمونیان و ناسكە. ناپاكی ناكات و پێی باشە تەنها خۆی بۆ یەك ژن تەرخان بكات.

خەسڵەتە سۆزدارییەكانی پیاوی كەلووی "دووانە"؟

پیاوێكی زۆر سەیر و سەرسامكەرە. هەمیشە ئامادەیە بۆ چوونە نێو هەر سەرچڵییەكی سۆزداری و سێكسییەوە، پیاوێكی هێمن

و ئارامە، لە ئاسماندا باڵی گرتۆتەوە و حەز ناکات قاچەکانی بە کردەیی و واقیعی بکەونە سەر زەوی، لە سۆزە قووڵەکان دوور دەکەوێتەوە، بەڵام توانایەکی دیار و بەڵگەنەویستیشی هەیە لە هونەری پەیوەندی و پێکەوەبوون و گفتوگۆ لەگەڵ ژندا.

لە سۆزداریدا حەزی لە یاریی مشک و پشیلەیە، پیاوی کەلووی دووانە وەک گەردەلوول لەناکاو و زۆر بەهێز دەچێتە ژیانی ژنەوە، بەڵام هیچ پەیمانێک نادات و ئەو ژنەی لەگەڵیدا بێت لە دوور و نزیکەوە نازانێت ئاییندەی پەیوەندییەکەی بە کوێ دەگات، بە شێوەی بێت یان لە دڵەوە پیاوێکە گەنجئاسایە و زۆر بەگەرمی شەیدای ژیانە. بەربەست و لەمپەر دادەنێت تا ژن نەتوانێت سۆزی داگیر بکات بۆیە سارد و وشکیش دەر دەکەوێت، لە سۆزدارییشدا هۆشیارانە هەڵسوکەوت دەکات و ڕێگە نادات دڵی حوکم بەسەر پرسەکاندا بدات.

کێشەی پیاوی کەلووی دووانە لەوەدایە ژن لە ئاستیدا لایکەمی وا خۆی دەبینێتەوە مامەڵە لەگەڵ دوو کەسێتیدا دەکات، چوونکە ئەم پیاوە لە خۆیدا زیاتر لە کەسێتییەک دەر دەخات، ژن لەگەڵ ئەم پیاوەدا نە خۆشەویستی و نە هاوسەرگیرییەکی دەبێت، کە ڕستەیەکی دیاری هەبێت" ئەم پیاوەی بەیانی جیاوازە لەو پیاوەی شەو لەگەڵیدا خەوتووم " لە زۆرینەی بارەکاندا ئێواران کەسێکی ڕۆمانسی و جیدیە، بەڵام بەیانی دەبێتە لێبووک، کەسێکی ساردوسڕ لە ڕووی سۆزدارییەوە.

لە ناخی خۆیدا لە ململانێی ناسینەوەی خۆیدایە، لە هەمان ئەو ململانێیەدایە، کە ژنی پەیوەندیدار بەوەوە هەیەتی، سروشتی فرە کەسێتیی وا دەکات پیاوێک بێت حەزی لە جیاوازی و فرەیی بێت و بێگومان ئەم خواست و ئەنگێزەیە وا دەکات لە یەک کاتدا بچێتە نێو زیاتر لە پەیوەندییەکەوە، کەواتە یان زیاتر لە پەیوەندییەکی دەبێت یاخود مەیلی بەلای فرەژنیدا دەچێت.

پیاوێکی مەینەتبارە و لەگەڵ ئێشوئازاری ئەو ژنانەدا دەژی کە لەگەڵیدان، زۆر جاریش داوای لێبووردن دەکات و ڕوونیشی دەکاتەوە، کە نازانێت بۆچی ناپاکی دەکات، ئەمەیش نواندن نییە، بەڵکوو بەڕاستی نازانێت بۆچی پەلەی فرەژنییەتی. هەموو مەسەلەکەیش تەنها ئامرازێکە بۆ خۆگونجاندن.

زیاتر حەزی لە ژنێکە هاوڕێی بێت و هێندەی ژنێک، کە خۆشەویستی بێت چێژ و خۆشیی لێ دەبینێت، بۆیە باشترین دۆخێک بۆ پیاوی ئەم کەلووە بوونی ژنێکە هاوڕێی دڵسۆزی بێت بۆ ئەوەی لە فرەئەویندارى دوور بکەوێتەوە. پیاوی کەلووی دووانە پیاوی گفتوگۆ و مشتومڕە و زیاتر حەزی لە قسەکردنە لەگەڵ ژندا نەک خۆشەویستی ڕەمەک، واتە پێی خۆشە ئەو ژنەی لەگەڵیدایە قسەوباسەکانی ئەم سەرنجی ڕابکێشێت و سوود لە ئەزموونەکانی وەر بگرێت، هەر ژنێک ژیانێکی جۆراوجۆری بۆ فەراهەم بکات دەشتوانێت لەگەڵ خۆیدا بیهێڵێتەوە، بەڵام ئەگەر لە یەک جۆر ژیانی ڕۆتینیدا بێت لەدەستی هەڵدێت و پەنا بۆ ژنێکی تر دەبات. زۆرێک لە ژنان پیاوی کەلووی دووانە بە هەرزەکار، یان بە منداڵێکی وەسف دەکەن خۆیشی نازانێت چیی دەوێت، لە ڕاستییشدا دوالیزمەیی ئەستێرەکەیەتی وا دەکات بەم جۆرە تەماشای بکرێت.

خەسڵەتە سۆزدارییەکانی پیاوی کەلووی "پاکیزە" ؟

پیاوی کەلووی پاکیزە، پیاوی پەیمان و وادە بەجێهێنانە و ناهێڵێت هەرگیز ژن لە چاوەڕوانیدا بێت، کەسێکی هونەرمەندە لە هەموو کاروبارێکدا و تەنانەت دەیەوێت نەخشە بۆ گفتوگۆی خۆشەویستی و سێکس و خەویش دابنێت. پیاوێکی پاکوخاوێن و ڕێککارە و پارێزگاری لە تەندروستی و ڕێکیی جەستەی دەکات. پیاوی ئەم کەلووە پێی وایە خۆشەویستیی تەواوکار ئەستەمە

و بەردەوام بەدوای ژنێکی تەواوکاردا دەگەڕێت و دەستی ناکەوێت. دەیەوێت یان ژنێکی دیار و تەواوی دەست بکەوێت یان بەبێ ژن بمێنێتەوە هەرچەندە لە ژیانیدا سۆزداریی کەمە و لە زۆرینەی بارەکاندا لە دەرەنجامی لێکدانەوەی لۆژیکیدا دەکەوێتە خۆشەویستییەوە نەک لە دەرەنجامی لێکدانەوەی سۆزداریدا، پیاوێکە لە سۆراخی پاکیدایە، ژنێکی لا پەسەندە کەس لە دەرگای دڵی نەدابێت - یان ژنێک بێت خەسڵەتی خانەدانیی تێدا بێت.

پیاوی کەلووی پاکیزە زۆر ژن بریندار دەکات، چوونکە زۆر بەخێرایی بڕیار دەدات کە ئەم یان ئەو ژن گونجاو نییە بۆی و دەرفەتێک بە ئەزموونی سۆزداری نادات.

پیاوی ئەم کەلووە ژن کەمەندکێش دەکات، چوونکە ئەوان وا هەست دەکەن پیاوێکە بەئاسانی ناتوانن دڵی بەدەست بێنن، پیاوێکە ساردوسڕ دەر دەکەوێت، بەڵام ئەگەر ژن چووە نێو دڵیەوە بە برێکی باش گەرموگوڕی سۆزداری دەگات، ئەنگێزەی زیرەکی لۆژیکی وا دەکات بەئاسانی تێبگات ژن چەندە سۆز و ڕەمەکی لێ دەوێت و پرسەکە بەلایەوە وەک پرۆژەیەک وایە لێی بکۆڵێتەوە و پێویستیەکانی بۆ دابین بکات.

مرۆڤێکە پێی باشە لە پەیوەندی سۆزداریدا زۆر جەخت لە خۆشەویستی و ئاوێزانبوون و پێکەوەبوون نەکاتەوە، کەمێک دووری و عەقڵکاری پێویستە بۆ بەدەستهێنانی ئەم پیاوە، چوونکە کەسێکە واقیعبینانە مامەڵە لەتەک ئێستایدا دەکات و ڕابردووی بەلاوە گرنگ نییە، پیاوێکی دڵسۆزە و سۆزەکانی بەهەدەر نادات، بەڵام کەمدووە و بەو هۆیەشەوە ڕقی لە ژنی زۆربلێیە.

خەسڵەتە سۆزدارییەکانی پیاوی کەلووی"کاوڕ" ؟

پیاوی ئەم کەلووەوە لە هەموو شتێکی تایبەت بە سۆزدارییدا دەڵێت خۆم یەکەمم، لە دەوری خۆیدا سەنتەریزمی گرتووە، دەیەوێت لە خۆشەویستی و ژیانی سۆزدارییدا هەر خۆی دەستپێشخەر بێت، کەسێکە دەخوازێت لە پەیوەندیی سۆزدارییدا سەرچڵی بکات، پیاوێکی ئازادە و هەرژنێک بیەوێت ئەو ئازادییەی لێ داگیر بکات ماندوو و شەکەتی دەکات، حەزی لە سەرچڵییە و ڕەنگە ئەو حەزەیشی وای لێ بکات چەندین ئەزموونی سۆزداری تاقی بکاتەوە، لە سەرەتای سۆزدارییدا شەیدا و جێسەرنجە، چوونکە دەیەوێت سەرکەشی و سەرچڵی بنوێنێت و پێویستیی پێیەتی، هەر ژنێکی لەگەڵدا بێت هەست بە ورووژاندن دەکات، ئەو ژنەی دەکەوێتە خۆشەویستیی پیاوی کەلووی کاوڕەوە لە سەرەتاوە وا هەست دەکات دەفڕێت و قاچەکانی لەسەر زەوی نەماون و لەگەڵ هەموو سەرچڵییەکانی ئەودایە، ئەم پیاوە بەباشی دەزانێت ژن بخاتە هەلومەرجێکی سەختەوە، تا ناچاری بکات پێویستی پێی بێت، بۆیە دەیەوێت ڕۆڵی پارێزەری" مافناس" ببینێت، ژنێکی وریا و چالاک و هێمن و ئارامی دەوێت، کە بۆی ببێتە نوێنەری مەرگی ژیان.

لەگەڵ ئەوەیشدا ئەم پیاوە بە هۆی خواستی پەلەکارییەوە بەئاسانی دەکەوێتە خۆشەویستییەوە. دەیەوێت ژن ڕۆڵی بەدیهێنانی خەونەکانی ببینێت، هەرگیز خۆی لەبەر بیرۆکەی ڕەتکردنەوەی لەلایەن هیچ ژنێکەوە ڕاناگرێت، وزەیەکی زۆری سێکسیی هەیە، کە دەتوانێت هەر ژنێکی بوێت تێری بکات، ڕەنگە ئەمەیش بیرۆکەی خۆفریودان بێت، کە لە زۆر کاتدا تووشی کێشە و گرفتی دەکات، ناتوانێت هەر وا بەئاسانی خۆی تێک بشکێنێت، پیاوێکە زۆر غیرەکارە. لە کاتێکدا ڕێگە بە خۆی دەدات ئەشقێنی و زۆر کاری تریش بکات لەگەڵ ژنانی تردا، کە خۆیشی لەگەڵ ژنێکدا لە پەیوەندیدایە، ڕێگە بەو ژنە

نادات تەنانەت ئیشارەتێکیش بکات، لە شێوە و وەستانیدا متمانە دەبینرێت، چاوەکانی متمانەی شەیتانییان تێدایە، کە تواناکانی دەزانێت، هەر ژنێک وای لێ بکات هەست بە خۆشەویستی و تێربوونی سێکسی بکات ئەویش بە خۆشەویستی و رێز و نەوازش پاداشتی دەداتەوە، ئەگەر تێریش نەبێت بەدوای ژنێکی تردا دەگەڕێت، وێڕای ئەو خەسڵەتە خۆپەرستانەی، پیاوی کەلووی کاوڕ ئەگەر ژنی گونجاوی دەست بکەوێت ناخی پڕە لە خۆشەویستی وەکی گەرموگوڕ.

خەسڵەتە سۆزدارییەکانی پیاوی کەلووی "تەرازوو" ؟

پیاوی کەلووی تەرازوو جارناجارێک دەکەوێتە نێو کەسێتیی کەلووەکانی ترەوە. رەنگە لەوپەڕی ئەرێنی و دەشێت لەوپەڕی نەرێنییشدا بێت، هاوڕێیەتی و دۆستایەتیی خۆشە و ڕەوشتبەرز و هاوڕێی هەمووانە. نموونەی ئەو پیاوەیە کە هەموو ژن و پیاوێک خۆشیان دەوێت، تا ڕادەیەکی باش نووکتەباز و گاڵتەچییە، وەک مرۆڤێک نەک وەک فریشتە ڕێگەی ژیانی دەبڕێت، واتە فێڵ و تەگبیرکاریی خۆی هەیە هەرکات پێویست بوو، لەگەڵ هەموو ژنێکدا پیاوێکی ئاسایی و خۆشنوودە، ژنیش ئەو وەک پیاوێکی ئاسایی و سروشتی و خۆشنوود دەبینێت. دەیەوێت لە ژیانیدا بڕێک هەماهەنگی و ئایدیالیستی و جوانی هەبێت، چوونکە خۆی کەسێکی بێسنوور ڕۆمانسییە، بڕوایشی وایە کە خۆشەویستی واتە سێکس و سێکسیش واتە خۆشەویستی و بە دادپەروەری و تەواوی نازانێت ئەگەر تەنها یەکێک لەو دووانە بەدەست بهێنرێت. پیاوی کەلووی تەرازوو کەسێکی بێسنوور کۆمەلایەتی و پێویستییەکی زۆری بە هاوڕێ هەیە لە هەردوو ڕەگەز. ئەو ژنەیش دەشڵەژێنێت کە خۆشی دەوێت، چوونکە نازی زۆر بە ژنانی دەوروبەری دەدات نەک تەنها بەو ژنەی خۆشی

دەوێت. کێشەی پیاوی ئەم کەلووە ئەوەیە هەندێک جار بڕیاری خۆی نادات و کاروبارەکان بەهەڵپەسێردراوی دەهێڵێتەوە و خۆی لە بەرپرسیارێتی ڕزگار دەکات و ئەو ژنەی لەگەڵیدایە دەخاتە سەرسامی و تووڕەییەوە. ئەوەی زیاتر تووڕەی دەکات ئەوەیە ئەو ژنەی لەگەڵیدایە داوای لێ بکات لەبارەی پەیوەندییەکەیانەوە بڕیارێک بدات، چوونکە دەیەوێت ژنەکە خۆی لەبارەی پەیوەندییەکەوە بڕیارێک دیاری بکات نەک ئەو، گرفتی سەرەکی لەوەدایە هیچ دەرفەتێکی خۆشەویستی ڕەت ناکاتەوە و ناشیەوێت ئازادیی خۆی لەدەست بدات، لەو جۆرە کەسانەیە، کە دەیەوێت زگورتی بێت لە پەیوەندییەکی چەسپاوی بێپابەندیدا بێت، دەخوازێت تا ماوەیەکی درێژخایەنی ژیانی ڕۆڵی ئەویندار ببینێت، تا ئەو کاتەی ژنێکی گونجاو دەبینێتەوە و خۆی دەڵێت ئەمە کاتی گونجاوی خۆمە. لە زۆرینەی بارەکانیشدا ژنانی جوان دەکەونە خۆشەویستییەوە و تەنها بۆ خۆشەویستییش دەکەوێتە خۆشەویستییەوە نەک لەپێناوی ئەو ژنەدا، کە ئەمی خۆشویستووە. ڕێز و بەها بۆ ڕۆمانسییەت و هەستی خۆشەویستی دادەنێت بەبێ خۆتووشکردن بە چوونەپەیوەندییەوە، ئەو لەگەڵ چێژ و خۆشی بینینە لە ژیان نەک لە ڕەهەندی ڕۆحانی لە پەیوەندییەکەدا، پیاوێکی ڕۆمانسییە، بەڵام قسەوباسی خۆشەویستی فرۆشە، لە سێکسدا لایەنی ڕۆمانسی لە قسە و چرپە و دەستبازی و ناز و عیشوەکردنی پێخۆشە، عەقڵ و بیرکردنەوەی حوکمی ڕەمەکی دەکەن، زۆر شێتگیری سێکس نییە، بەڵام لەگەڵ خۆشەویستەکەیدا لە هەستکردندایە بە حەز و خۆشەویستی و ئاوێزانبوون و هەمیشە پێکەوە بوون. ئەو ژنەی لەگەڵیدایە وا هەست دەکات ئەو لە لووتکەی ڕۆمانسییەتدایە، بەڵام دەزانێت هەموو ئەوانەیش ئەو ڕاستییە ناشارنەوە، کە ئەو پیاوێکە نایەوێت بەپەیوەندییەکەوە

پابەند بێت.

خەسڵەتە سۆزدارییەکانی پیاوی کەلووی گیسک؟

پیاوی کەلووی گیسک بەڕواڵەت توند و دڵڕەق یان جیددی دەر دەکەوێت، بەڵام لە ناخەوە پیاوێکی سروشتی و ئاسایی و هاوڕێیەتی ئاسانە. پیاوی ئەم کەلووە بەوریایی هەنگاو دەنێت و خۆی لە تێوەگلان دوور دەگرێت تەنها لەو شتانە نەبێت، کە خۆی هەڵیان دەبژێرێت، بۆیە زۆربەی کاروبارەکانی دەرەنجامی بڕیاری تەواو عەقڵین، لە پەیوەندییدا لەگەڵ ژندا دەیەوێت خۆی زاڵ بێت ئەگەر لە ڕووی ڕواڵەتیشەوە بێت، زۆر جاریش لەگەڵ ئەو ڕاستییەدا ڕووبەڕوو دەبێتەوە، کە بەسەریدا زاڵن، سۆزەکانی دەشارێتەوە و زۆر جاریش هەست دەکات لە خۆشەویستی یان لە خەمێکی زۆردایە، بەڵام دەبینێت ناتوانێت دەری بڕێت و گوزارشتی لێ بکات، پیاوی کەلووی گیسک کاتێک هەست دەکات ژنێک خۆشی دەوێت ئیتر وەک قەزاوقەدەر خۆی ڕادەستی پرسەکە دەکات.

ئەو ژنەی خۆش دەوێت، کە کنە لەلایەنی شاراوە و نادیاری کەسێتی دەکات، چوونکە ژنێکی زیرەکی دەوێت لێی تێبگات، حەزی لە ژنی خواستمەندە، پیاوێکە لێکدانەوە بۆ ڕەهەندی کۆمەڵایەتی دەکات هەرچەند خۆی حەزی لە هەندێ سەرچڵی و سەرکەشیی سۆزداری هەیە، هەرچەندە سۆزێکی گەرمی هەیە، بەڵام زۆر کەم لە ژنان دەتوانن دیواری بەستەڵەکی دەرەکی بشکێنن. سروشت و مۆرکی ناوەکیی پیاوی کەلووی گیسک لەگەڵ پێگەیشتنی لە تەمەندا بەرجەستە دەبێت، پیاوێکی کردارییە، تا زیاتر گەورە بێت و پێ بگات لە سۆزەکانیدا لۆژیکیتر دەبێت. کەسێکی دیالۆگکارە و حەزی لە گفتوگۆیە و هەر لە منالییەوە لەبارەی سێکسەوە کۆتوبەندی بۆ دروست بووە، بەڵام لەگەڵ

پێگەیشتنیدا لە ڕووی ڕەمەکی و سۆزدارییەوە ئازادتر دەبێت.

پیاوی کەلووی گیسک پیاوی ئیشوکارە بۆیە زیاتر لەگەڵ ژنی خاوەنکاردا زیاتر یەکتر دەبینن، لە گۆشەنیگای پیشەکەیەوە دەڕوانێتە ژن و بەهای بۆ دادەنێت، کەسێکە لەسەر لووتکەی چیایەک دانیشتووە، شکۆی خۆی هەیە، بەڵام دەترسێت، لەگەڵ ژنێکدا کە لە پەیوەندیی سۆزداریدا لێی تووڕە بێت پەرچەکرداری ساردە، وێڕای ساردوسڕیی ڕواڵەتی، بەڵام پیاوی ویژدانە و هەمیشە لە ویژدانی دەپێچێتەوە و دەیەوێت گەمەی خۆشەویستی بە ڕوونی بکات. پیاوی کەلووی گیسک هاوشێوەی گیسک خەمی گەدەیەتی، حەزی لەخواردنە، کەسێکە بڕوای بەوەیە دەتوانێت بڕیاری سۆزداری خۆی بدات و پێی وایە، کە بەڕێوەبردنی سۆزداری وەک بەڕێوەبردنی ئیشوکار وایە و بەنەرمی و سیاسەتێک بەڕێوە دەچێت، کە خۆی بەڕێوەی دەبات.

لە ئاستی پرسە سێکسییەکاندا وا دەر دەکەوێت بێسۆز و بێوەڵامدانەوەی ڕەمەکی بێت، بەڵام بە پێچەوانەوەیە. خۆی بە پیاوێکی خراپ دەزانێت، یەک بڕیاری هەیە هەرچەند دیموکراسییەتیش دەنوێنێت، بەڵام لەو بڕوایەدایە کە تەنها خۆی ڕاستە. ئیتر گۆڕینی ئەوبۆچوونەی ئەستەم دەبێت، کە خۆی گەیشتە ئەو بڕوایە، بە هۆی گاڵتەچێتییەکەیەوە سۆزی گەرمی دەخاتە ڕوو، پیاوێکی وشک و بێجووڵە و بێچالاکی نییە لە سێکسدا بەڵام گرفتی لەوەدایە بە هەمان ڕۆحییەتی ڕۆتین و ساردوسڕیی ئیشوکارەوە سێکسیش دەکات. لە دڵی پیاوی کەلووی گیسکدا سندووقێکی ئاسنین هەیە پڕە لە خۆشەویستی و ژنێکی پڕ ڕەمەک و سۆزداریی دەوێت بیکاتەوە، واتە ژنێکی دانای دەوێت. ئەو ژنەی لەگەڵیدایە تا پابەندی نەخشە و پلان و سنوورە دیاریکراوەکانی ئەو بێت و ئەو کۆنترۆڵی

پەیوەندییەکـەی بـکات، ئیتـر دڵ و نهێنییەکانیشـی بـۆ دەکاتـەوە. پیـاوی کەلـووی گیسـک لـە هەمـوو قۆناغەکانـی تەمەنیـدا منـاڵ و هـەرزەکار و پێگەیشتوویشـە، بـەڵام لـە هەمـوو ئـەو قۆناغانـەی تەمەنیـدا وا خـۆی پیشـان دەدات کەسـێکی پێگەیشـتووە.

خەسلەتە سۆزدارییەکانی پیاوی کەلووی "سەتڵ" ؟

پیاوێکـە دەخوازێـت هاوڕێـی دڵسـۆزی هەمـووان بێـت، بـەڵام هـاوکات لـە ژیانـی ساردوسـڕی تایبەتـی خۆیـدا تەنهـا بمێنێتـەوە، تـا ڕادەی بێسـنوور لـە هـەردوو ڕەگـەز هاوڕێیەتـی پێـک دێنێـت و پێـی وایـە هاوڕێیەتـی لـە نیگەرانییەکانـی خۆشـەویسـتی و سـێکس باشـترە، باوەڕیشـی وایـە کە خۆشـەویستی و سـێکس بەشـێکن لـە ژیـان، بـەڵام بـە بەشـە گرنگەکەیـان دانانێـت.

پیاوێکـی ئاوییـە و لەگـەڵ خۆشـیی نوێبوونـەوەی کەسـێتیی کەسـانی دەوروبەریدایە و خۆکردانە کەسـێکی بەختەوەرە بێئەوەی بەناچـاری خـۆی بەختـەوەر بکات، هـەر کاتێک پێـی بگەیـت دەبینیت لەوانـی تـر جیـاوازە، لـە ڕێسـاکانی ڕەفتـاری گشـتیی دەوروبـەر لا دەدات، نموونـەی پیـاوی هێمـن و ئارامـە لـە ئیشـوکاردا و لـە کارکردنـی ئەوانـەی دەوروبـەری ورد دەبێتـەوە. کەسـێکە خۆشـی لـە وردبوونـەوە لـە ئیشـوکاری خەڵکانـی تـر دەبینێـت بێئـەوەی دەرفەتیـان بداتـێ لـەو تێبگـەن، بـە هەمـان هێمنـی و ئارامـی هەڵسوکەوت لەگـەڵ ژناندا دەکات، بـە مافـی خـۆی دەزانێت هەموو شـتێک لەبـارەی ئـەو ژنـەوە بزانێـت کـە لەگەڵیدایـە، بۆیـە ژنەکـە چەنـدە ئاڵـۆز و نـاڕوون بێـت ئەویـش زیاتـر بـزۆزی دەیگرێـت بـۆ ناسین و شـارەزابوونی، بۆیـە ئـەو ژنـەی پەیوەنـدی لەگـەڵ پیـاوی ئـەم کەلـووەدا دەبەسـتێت دەبـێ بـەو ناڕوونییـەی هەڵسـوکەوتی لەگەڵدا بکات و بە یەکجار هەموو زانیارییەکان نەخاتە بەردەسـتی، ئـەو دەیەوێـت هەمـوو نهێنییەکانـی ئـەو ژنـە بزانێـت کـە بەنیـازە

خۆشی بوێت، ناوی، حەز و ئارەزووی سێکسی، سێکس بەلای ئەم پیاوەی کەلووی سەتڵەوە چالاکییەکی گرنگ و ئاساییە وەک هەر چالاکییەک لە چالاکییەکان. پیاوی ئەم کەلووە بەزەحمەت سۆزەکانی دەدرکێنێت، بەڵام هەر کات هەستی بە خۆشەویستی کرد، ئەوکات دوای چەشتنی دەردەسەرییەکانی سۆزەکانیشی دەدرکێنێت، هەمیشە دەیەوێت ژن لەوە تێبگات و هەست بکات، کە بەلای ئەمەوە شتێکی زۆر تایبەت نییە، ئەو ژنەی ئەمی خۆش دەوێت دەبێتە بەشێک لە ژیانی، بەڵام هەرگیز نابێتە جێگرەوەی هەموو هاوڕێ و دۆست و ناسیاوەکانی.

باشترین خۆشەویست بەلایەوە ئەو کەسەیە لە هەمان کاتدا هاوڕێیشی بێت، چێژ و خۆشی لە سێکس وەر دەگرێت، بەڵام خۆشییەکی زیاتر عەقڵی نەک سۆزداری، بە هۆی کەلووە "ئاوی" یەکەیەوە پیاوێکی ساردە نەک سۆزمەند، بۆیە ژنی سۆزمەندی گەرموگوڕ لەگەڵ پیاوی کەلووی سەتڵدا ماندوو دەبێت، لە هاوڕێیەتیدا پیاوێکی زۆر زۆر باشە، بەڵام لە خۆشەویستیدا زۆر باش نییە.

خەسڵەتە سۆزدارییەکانی پیاوی کەلووی نەهەنگ؟

پیاوی کەلووی نەهەنگ کەسێکی ئامانج و بیرکردنەوە قووڵە، هاوکات تا ڕادەی نوقمبوون لە خەونەکانیدا پیاوێکی خەیاڵییە. لە لووتکەی ڕۆمانسییەتدایە - بەڵام زۆر سەرنجڕاکێش نییە، کێشەی ئەم پیاوە ئەوەیە تەنها ئەوە دەبینێت، کە خۆی دەیەوێت، زۆر دەربەستی بڕیارەکانیشی نییە، بەئاسانی تووشی خووگرتن بە ژنانەوە دەبێت، کەسێکە لە کێشە و گرفتەکان هەڵدێت، بەئاسانی دەکەوێتە پەیوەندیی سۆزدارییەوە، لەگەڵ هەوەس و ئارەزووەکانی ئەو ژنەیشدا خۆی دەگونجێنێت، کە خۆشی دەوێت، ژنی مێینەیی زۆر ناسک و جوان سەرنجی ڕادەکێشێت،

بەئاسانیش فریو دەخوات و بە شێوەی ژن سەرسام دەبێت.

خۆشەویستی بەلای پیاوی کەلووی نەهەنگەوە هەڵهاتنە لە واقیع و گرفتەکانی ژیان، ژنێکی جوانی بخەرە بەردەست، یان لە رۆژێکی خۆشدا ببیە بۆ پیاسەیەک، ئیتر ڕاوی دەکەیت و چییت بوێت لێی بەدەستی دەهێنیت، واتە بەئاسانی فریو دەدرێت.

پیاوی ئەم کەلووە زوو لە سێکسدا تێوە دەگلێت، لە توانا سێکسییەکانیشدا بەهرەمەندە، لە قسە و جووڵەی خۆشەویستییشدا بەبێ ئەوەی هیچی خوێندبێتەوە و ڕۆشنبیرییەکی هەبێت زۆر باشە، چوونکە بە خۆرسک خاوەنی ئەو بەهرانەیە.

گرفتی ئەم پیاوە بێدەنگی و شاردنەوەی شتەکانە و جیهانی تایبەت بە خۆی هەیە بۆیە ژن بەئاسانی دەتوانێت دەستبەرداری بێت، ئەو ژنەی پەیوەندیی لەگەڵ پیاوی کەلووی نەهەنگدا هەیە دەبێ بۆ مانەوەی لەگەڵیدا هەوڵ و تەقەلای زۆر بدات، دەنا تەنانەت ئەگەر هاوسەریشی بێت دەبینێت لە ڕووی دەروونییشەوە دابڕاوە لێی وەک ئەوەیە لەگەڵ پیاوێکی نامۆدا بێت نەک هاوسەری ژیانی.

خەسڵەتە سۆزدارییەکانی پیاوی کەلووی "دووپشک" ؟

پیاوێکە مەترسیی هەیە بۆسەر ئەو ژنەی دەیەوێت، بە تەماشایەکی چاوەکانی دەتوانێت ژن سڕ بکات و لە ترساندا هەستەکانی بخەون و ڕادەستی بێت. ئەم پیاوە دڵنیایە لەوەی ژن چەندە هەوڵی بەرگریکردن لە خۆی بدات دەتوانێت فریوی بدات. وەک هەموو خشۆکەکان پیاوی دووپشکیش ژەهری سڕکردنی هەیە و وەک خشۆکەکان تەگبیری خۆی دەکات، تا بە نێچیرەکەیەوە دەدات. ئەو ژنەی لە پەیوەندیدا دەگات بە پیاوی کەلووی دووپشک سەرەتا ڕەتی دەکاتەوە، چوونکە بەلایەوە پیاوێکی شەڕەنگێز، یان هەر لە سەرەتاوە بەلایەوە ژیر و دانا

نییـه، بـەڵام زۆر نابـات ئـەو دەتوانێت ئـەم گۆشـەنیگایەی ژنەکـە بگۆڕێـت و بـەلای خۆیـدا ڕابکێشـێت.

کەسـێکی زۆر ڕەمەکییـە و لەگـەڵ خۆشەویسـتیدا سێکسـیش بەبـاش دەزانێـت، هەمـوو خەمەکانـی پیـاوی کەلـووی دووپشـک بـە شـەوێکی سـووری گـەرم چارەسـەر دەکرێن، وا دەبینێت کـە ژن نهێنییەکـە و پەیپێبـردن و خۆشـیلێوەرگرتنی چێژێکـی زۆر بـە ژیـان دەبەخشـێت. لەگـەڵ ئەوەیشـدا پێویسـتیی بـە پەیوەندییەکـی سـۆزداریی قـووڵ و درێژخایەنـە، زۆر جـار ژنێـک هەڵدەبژێرێـت تـا ئـازاری بـدات و بـە خۆشەویسـتیی فریـوی بـدات و دواتـر بکەوێتـە پرتـە و بۆڵـە و دەسـتبەرداربوون و ئازاردانـی، خواسـتی شـەڕەنگێزیی هەیـە وەک ئاکارێکی خۆڕسـکی، کـە دووپشـک ئاسـا بەبێ ویسـتی خـۆی پێـوەدات، ئـەم پیـاوە نەخۆشـی غیـرە و زۆر بـە غیـرە و سـۆزمەندیشـە، غیـرە لـە هەمـوو کەسـێک دەکات، کـە لـەو باشـترن و غیـرە لـەو ژنەیـش دەکات کـە خۆشـی دەوێـت، لەبـارەی سێکسـەوە خـەم و ترسـی خـۆی هەیـە و سـوورە لەسـەر ئـەوەی ئـەو ژنـەی لەگەڵیدایـە هەمیشـە وردەکارییـە نامۆکانـی پەیوەندییـە ڕەمەکییـە تایبەتەکانـی لـە یـاد بێـت، ژنێکـی نەشـارەزا و کەمئەزموونـی بەدڵـە بـۆ ئـەوەی گەمـەی تێکشـکاندنی لەگەڵدا بکات و چێژیـش لـەوە دەبینێـت کـە بیخاتـە ئـەو گەمەیـەوە.

پیاوێکـە بـڕوای بـە ئـارەزووی خۆشەویسـتی نییـە، یـان پەیوەنـدی تـەواوی دەوێـت یـان نایەوێـت لـە پەیوەندیدا بێـت. ئـەو ژنـەی لـە پەیوەندیدایـە بـە پیـاوی کەلـووی دووپشـکەوە دەبێ عەقڵ و ئیرادەی بەهێـز بێـت و خـۆی لەبـەر واقیعێکـی بەئـازاردا ڕابگرێـت، ئـەم پیـاوە هەمیشـە عەودالـی ژنێکـە ببێتـە نێچیـری چوونکـە هـەر بـە خۆڕسـک حـەز بـەوە دەکات، کـە ژنێـک بخاتـە داویـەوە و وردە وردە هەسـت و سـۆزی نەهێڵێـت و دواجاریـش دەسـتبەرداری بێـت.

خەسڵەتە سۆزدارییەکانی پیاوی کەلووی کەوانە؟

لە پیاوی کەلووی کەوانەدا ڕۆحانییەت و فریشتەیی هەیە، بەڵام هاوکات خاوەنی ڕۆحی سەرچڵی و ڕەمەکیشە، کەسێکە دەستکەوتی هەیە و لەگەڵ هەموو ژنێکدا ژیان دەگوزەرێنێت و دەگات بەوەی کە خۆی دەیەوێت و بە دەستکەوتە، کەسێکی ڕوونبێژە و بە دەنگی بەرز سۆزداریی خۆی بۆ ئەو ژنە دەر دەبڕێت، کە خۆشی دەوێت بۆیە پیاوانی تر ڕقیان لێی دەبێتەوە یان گاڵتەی پێ دەکەن، بەڵام ژنان شەیدای ئەو شێوازەی دەبن، پیاوێکی سەرنجڕاکێشە و ڕەفتار و سەرنجڕاکێشییەکەی ئاساییە نەک دروستکراو بێت، پیاوێکە لەگەڵ خۆیدا ڕاستگۆیە و تەنها ئەوە دەڵێت کە هەستی پێ دەکات، هێندەی ئەو سۆزەی بۆ خۆشەویستەکەی هەیەتی ڕوونبێژە، بە پیاهەڵدان زوو شەرمەزار دەبێت، هەرگیز نابێتە مەترسی بۆ ئەو ژنانەی لەگەڵیدا دەبن، کەسێکی سەرچڵە، بەڵام هەمیشە پارێزگاری لە ڕادەیەک ڕۆحانییەت دەکات و ڕێگریش لەوە ناکات ژن خەرجیی بۆ بکات. پیاوێکە وەڵامدەرەوەی هەر سۆزێکە لەلایەن هەر ژنێکەوە بۆی دەر ببڕدرێت، بەڵام کەسێکی ئایدیالیستییە و فێڵ لە هەستەکانی ناکات. گرفتی پیاوی ئەم کەلووە لەوەدایە وا دەکات ژن هەست بکات لە ڕووی توانا و شێوەیەوە زۆر لەوە زیاترە کە هەیە، پیاوێکی ئاگرییە و حەزی لە جووڵە و چالاکییە، بۆیە لە دەرەوەدا هەر جۆرە وەرزشێک بێت دەیکات، سێکس بە پێویستی نازانێت، بەڵکوو حەزی لە گەمەکاریی عەقڵییە و ژنێکی زیرەکی دەوێت کەمەندکێشی بکات و هاوکات وەرزشوانیش بێت.

سێکس بەلایەوە تەنها خۆشی و ئاشتییە، حەزی لە ژنێک نییە بەبێ ئیشوکار لەلایەوە بوەستێت، چوونکە واهەست دەکات ژنی لەو جۆرە گەمژەیە، ژنێکی دەوێت لە ژیانیدا شتێک بکات نەک بە غیرە بێت و بیەوێت لە خۆشەویستیدا زاڵبێت، پیاوی کەلووی

کەوانە چەند حاڵەتێکی هەوەسکاریی سەرکەشی هەیە، حەزی لە پەیوەندیی کرداریيە و هاوکات ژنی کرداری و جیددییشی خۆش دەوێت.

ئایا خۆشەویستی دەتوانێت سروشت و خەسڵەتەکانی کەسێتیمان بگۆڕێت؟

ئەوە چەند ڕاستە کە خۆشەویستی دەتوانێت سروشت و خەسڵەتە کەسێتییەکانمان بگۆڕێت، لەگەڵ باوەڕی زانستیشدا بەوەی خەسڵەتەکانی کەسێتی چەسپاون، بەڵام واقیعی ژیان جەخت لەوە دەکاتەوە کە خۆشەویستی توانایەکی ئەوتۆی ئاوەژووکردنی کەسێتیی هەیە، کە بۆمان ڕاڤە ناکرێت، چوونکە کەسی تووڕە هێمن و ئارام دەکاتەوە و بە پێچەوانەیشەوە، کەسی بەهێز لاواز و بێتوانا و خەمناکیش بەختەوەر و چرووک بەخشندە دەکات، بەڵام دەشێت گۆڕانەکە کاتی بێت و دوای کوژانەوە و خامۆشبوونی خۆشەویستییەکە کەسێتییەکە بگەڕێتەوە دۆخی پێشووی.

ئایا خۆشەویستی مرۆڤی هێمن و ئارام دەکاتە کەسێکی تووڕە و شەڕەنگێز؟

خودی خۆشەویستی مرۆڤی هێمن و ئارام ناکاتە کەسێکی تووڕە و شەڕەنگێز، بەڵکوو شکستهێنان لە خۆشەویستیدا ئەو دەرەنجامەی دەبێت.

مرۆڤ کاتێک دەکەوێتە خۆشەویستییەوە هەموو هیواو و نەخشە و پلانی ئاییندە و بوونی خۆیشی بەو پەیوەندییە و خۆشەویستەکەیەوە دەبەستێتەوە، کاتێکیش هەست دەکات ئەو خۆشەویستییەی لەدەست دەچێت بە هۆی خۆشەویستەکەیەوە

بێت یان بە هۆی لایەنی دووەمەوە، یاخود بە هەر هۆیەکی تری وەک بارودۆخێکەوە، ئەوکات مرۆڤی ئەویندار کە کەسێکی هێمن و ئارام بووە، دەبێتە کەسێکی توورە و متمانەی بە خۆی و خەڵک و کۆمەڵگەیش نامێنێت، تەنها هەستی لەدەستدان و برینداربوونی هەستەکانی دای دەگرێت، وەک پەرچەکردارێکی تۆڵەسەندنەوە بێت یان وەک هەوڵێک بۆ هێشتنەوەی خۆشەویستەکەی ڕەنگە ڕەفتاری شەڕەنگێزی و دووژمنکاری بنوێنێت.

لە ئاستی دەروونییشدا بڕوایەک هەیە بەوەی کە دووژمنکاری و شەڕەنگێزی زادەی هەلومەرجێک نییە، چوونکە ئەو مرۆڤە هێمن و ئارامە مرۆڤێکی شەڕەنگێزی لەناخدایە، بەڵام سرە و شاراوەیە و هەلومەرج دەری دەخات.

مانگ پەیوەندیی چییە بە خۆشەویستییەوە؟

مانگ پەیوەندیی بە زۆر پرسەوە هەیە، کە هەمووی دەچێتە نێو بازنەی سۆزی مرۆڤەوە، پێش ئەوەی لە ڕووی زانستییەوە هەقیقەتی مانگ ڕوون بکرێتەوە، لە ئاسمانێکی تاریک و ڕەشدا جوان و درەوشاوە دەر کەوتووە. ئەویندارانی لە هەموو دنیادا بە هێما و سومبوولی دیاری خۆشەویستەکەیان داناوە، کە وەک مانگ درەوشاوە بووە و دنیای تاریکی بۆ ڕووناک کردوونەتەوە.

مانگ هاوکات پەیوەندە بە شەوەوە، لەبەر ئەوەی ڕۆژ جەنجاڵی و پەیداکردنی بژێوی ژیانە، شەو هێمنی و ئارامی و خۆشەویستی و خۆشەویست و خەمەکانێتی، بۆیە مانگ لە سەروبەندی بیرکردنەوەی سۆزداریدا، مانگ و شەو بە پەردەی تاریکییەوە لە دێر زەمانەوە دەرفەتێک بوون بۆ بینینی خۆشەویست بەدزییەوە. ژوانی خۆشەویستانیش لە مانگەشەودا پێکەوە لە هاوشێوەییدا وەک کاریگەریی مۆمن بە تیشکە دڵڕفێنەکەیەوە.

مانگ بووەتە کلتوورێک بۆ سۆزداری و ئەشقێنی و مرۆڤیش شیعر و ئەدەب دەنۆشێت و گەورە دەبێت و لەگەڵ گەورەبوونیدا بیرۆکەی مانگ وەک خۆشەویست گەورە دەبێت. کەواتە بەبێ مانگ خۆشەویستی بوونی نییە.

بەلام رۆحانی و عاتیفییەکان و ئەفسوونبازانی خۆشەویستی پێیان وایە بەتوانابوون لە خۆشەویستیدا تەنها بە ناسینی مانگ و نزیکبوونەوە دەبێت لێی، ئەوان بانگەشە دەکەن بەوەی هەموو مرۆڤێک دەخوازێت ژیانی سۆزداریی باشتر بکات، یان دەیەوێت ڕاوی خۆشەویستییەک بکات، یان مانگ بناسێت، پێیان وایە ناسینی مانگ و شارەزابوون لێی لە شەوێکی ساف و بێگەردا دەبێت، کە بە هۆی دوور بین، یان تەلیسکۆبێکەوە بەوردی تەماشای بکرێت و چێژ لە بینینی ببینرێت و هەست بکرێت مانگ بەسەر گەردووندا زاڵە، وێڕای بیرکردنەوە لەوەی مانگ پەیوەندیی لەگەڵ زەویدا هەیە بەبێ بیرکردنەوە لەوەی زانایان لەبارەی هەقیقەتی مانگەوە وتوویانە، ئەگەر خۆر وا دەکات دنیای دەوروبەرت بەڕوونی ببینیت ئەوا مانگ وا دەکات ناخی خۆت بەڕوونی ببینیت. بەپێی بۆچوونی ڕۆحانییەکان ڕوانین بۆ مانگ دەسەڵاتت لە خۆشەویستیدا زیاتر دەکات و بە خەڵکانی تریش ئاگادار و بیناتر دەبیت. هەروەک پێیان وایە پشتبەستن بە ڕۆژمێری مانگی زیاتر یارمەتیدەرت دەبێت لە زانینی کاتەکانی هێزی مانگ و ژیان بە بەختەوەری لە بینینی مانگی چواردەشەوە. "واتە مانگ بەتەواوی و بە خڕی و گەشی."

ئەفسوونبازانی خۆشەویستی وا دەبینن، کە بەدواداچوون بۆ بینینی مانگ لە چواردەشەوەیدا لە کەناری دەریایەک یان لە کەنارێکی لمیندا لەسەر پشت و چاوت لە ئاسمان بێت زیاتر جەستە و زەینت خاو دەکاتەوە و بەهێزترت دەکات و کاریگەریت لەسەر کەسانی تر زیاتر دەبێت. ڕۆحانییەکانیش پێیان وایە لە ناخی هەریەک لە ئێمەدا خۆرێک و مانگێک هەیە بۆیە دەبێ هەریەک لە ئێمە خۆر و مانگی خۆی بناسێتەوە. وزە و تواناکانی خۆت بزانە، بەلام بیروباوەڕی باو وایە کە بەوردی ڕوانین بۆ مانگ زیاتر لە خەسڵەتەکانی خۆشەویستی داهاتووت، یان لە

خاڵەکانی لاوازی و بەهێزیی خۆشەویستی ئێستات شارەزا و بیناتر دەکات.

بەڵام لای زۆرێک گەیشتنی مانگ بە چواردەشەوە پەیوەند کراوە بە خۆشەویستی و زیاتربوونی خواستی سێکسی و شەیدابوونی سۆزداریی و شێتگیریی توندەوە بە هەموو شێوەکانیەوە، گەرچی تا ئێستایش لێکۆڵینەوەکان لەم بارەیەوە نەگەیشتوون بە دوادەرەنجام.

بۆچی مۆم پەیوەند کراوە بە خۆشەویستی و ڕۆمانسییەتەوە؟

مۆم – بە شێوەیەکی گشتی – لە یەک کاتدا دوو کاریگەریی پێچەوانەی دژبەیەکی لەسەر زەینی مرۆڤ هەیە، یەکەمیان توانای وردبوونەوە "تەرکیز" زیاتر دەکات، دووەمیش توانای خاوکردنەوەی جەستە زیاتر دەکات و بەو جۆرەیش لە حاڵەتی خۆشەویستی و شەیدابووندا کەسی ئەویندار زیاتر لە خۆشەویستەکەی ورد دەبێتەوە و لە ئاستی جیهانەکەی تر سڕ و خاو و دابڕاو دەبێت. تیشکی مۆم لە کاتی ژوانی خۆشەویستاندا وا دەکات پێستی خۆشەویستەکەت گەشاوە، ساف و ڕوون دەر بکەوێت، واتە مۆم لەو کاتەدا ڕۆڵی کرێمی ئەساسی ڕوخسار دەبینێت و خەوشەکانی ڕوخسار دەشارێتەوە، وێڕای بینینی چاوەکانی یەکتری بەگەشاوەیی و زیاتربوونی هەستی هەژان و ورووژاندن و خۆشەویستی، تیشکی کزی مۆم هاوکات بیلبیلەی چاوەکان فراوان دەکاتەوە و جوانیان دەکات و نمای حەز و ئارەزوو دەدات، چوونکە بیلبیلەی چاو بە شێوەیەکی سروشتی لە کاتی بوونی حەز و ئارەزوودا لای مرۆڤ فراوان دەبێتەوە.

مۆم هەروەها پەیوەند کراوە بە ئەفسوونکردنیشەوە بۆ خۆشەویستی - زۆرینەی ئەفسوونبازانی خۆشەویستی دەڵێن کاتێک تۆ مۆمێک دادەگیرسێنیت و لێی ورد دەبیتەوە تا

دەتوێتەوە، ئەوکات دڵی ئەو کەسەی خۆشت دەوێت بۆ خۆ خۆشەویستیی تۆ دەسووتێت و لەگەڵ توانەوەی مۆمەکەدا دەتوێتەوە.

ڕاستە کارتی خۆشەویستی لە هەموو کارتەکانی تر فرۆشی زیاترە؟

بەڵێ ڕاستە، لە واقیعدا سەلمێنراوە کە کارتی خۆشەویستی لە هەموو کارتەکانی تری بۆنە جۆراوجۆرەکانی وەک سوپاسکردن، پرسەنامە، پیرۆزبایی و دیاریی یادی لەدایکبوون زیاتر دەفرۆشرێت.[١] لە لێکۆڵینەوەیەکی زۆر وردتردا دوو توێژەر(Brabandt and Mooney 1989) تێبینییان کردووە فرۆشی کارتی خۆشەویستی، کە لەلایەن ژن و پیاوی خۆشەویستی یەکترەوە بۆ یەکتری دەنێردرێن زیاترە لەو کارتانەی خۆشەویستی کە دەستەواژەی سادەیان تێدا نووسراوە، چوونکە مرۆڤ هاوکاریی زمانەوانی و بیرۆکەیەکی پێویستە، کە لەمیانەیەوە هەست و سۆزەکانی بگەیێنێت و کارتەکانی خۆشەویستییش ئامرازێکی یارمەتیدەرن بۆ گوزارشتکردن لە هەست و سۆزەکان، کە ئەوینداران خۆیان گوزارشتی لەسەر دەنووسن.

بۆچی خشڵ بەخۆشەویستییەوە پەیوەند کراوە؟

لە سەردەمە دێرینەکاندا بەردی بەنرخ هێز و کاریگەریی

١ بەر لە داهاتنی ئامێرە تەکنۆلۆژی و ئەلیکترۆنییەکان، نامە و کارتی خۆشەویستی کە وێنەی لەسەر بوو دەکرا بە دیاری بۆ خۆشەویستان، بەڵام لە ئێستادا ئەو کارتە نەماوە و مۆبایل و فەیسبووک جێیان گرتۆتەوە، ئەگەر تێبینیش بکرێت مۆبایل و فەیسبووک بەتایبەت، زیاترین بەکارهێنانیان لای توێژی گەنجان بۆ ئەو مەبەستەیە/وەرگێڕ.

سۆزداری زیاتر بووە وەک لەم سەردەمە هاوچەرخانەدا. زۆرینەی چیرۆک و داستەکانی خۆشەویستییش پەیوەند بوون بە بەردی بەنرخ یان ئەڵماسەوە. پێشتر بیروباوەڕ وا بووە کە سۆزداری بە بەردە بەنرخەکانەوە پەیوەست کراوە. قەبارە و ئاستی ئەو بیروباوەڕە چۆن بوو بێت، بوونی قەناعەتێک قورسایی بەم پرسە داوە.

ئەو کچەی کاتی شووکردنی بهاتبا لە شەوی بووکێنییدا بەردی زەبەرجەد (Aquamarins) یان پێشکەش دەکرد بۆ ئەوەی هەماهەنگییەک لەنێوان سۆز و ڕەمەکی بۆ پیاوەکەی دروست بکات. هاوسەران و خۆشەویستانیش ئەنگوستیلەیان لە پەنجە دەکرد، کە نقێمەکەی بەردی "ترکواز" بووە ئەویش بۆ خۆدوورگرتن لە شەڕ و ناکۆکی و جیاوازی لە گۆشەنیگاکاندا. کوڕان و کچانی بێخۆشەویستیش ڕەنگی "زەفیر" یان دەپۆشی بۆ ئەوەی خۆشەویستیان دەست بکەوێت و هیواو ئاواتەکانیان بەدی بێت (1992 jones and Ames) هەڵگرتنی بەردی موگناتیسیش بۆ ئەوە بووە هەردوو خۆشەویست بۆ هەمیشە پێکەوە بمێننەوە. بەردی زەردی سوورکراویش Padparadschan بۆ بەردەوامی بووە لە وەفاداری و دڵسۆزی. کاهین و قەشە و پیرەژنانیش بۆ شەیدایانی ئەشق بەردی شینیان دەدانێ بۆ ئەوەی ئەو حاڵەتی شەیدایی و سووتانەیان کەم بکاتەوە.

بیروبڕوای تریش لە ئارادا بووە، کە زۆرینەی بەردە بەنرخەکان بە دەسەڵاتی "ڤینۆسی" خواوەندی خۆشەویستیی ڕۆمانی بەکار دەخراو ناودارترینی ئەو بەردانەیش ئەڵماسی شین و کوارتزی پەمەیییە، کە پێیان وا بووە ئەو دوو بەردە دەبێ لە بۆتە "قاڵب" ێکی زیویندا دابنرێن نەک ئاڵتوونی بۆ ئەوەی مانەوەی ئەویندارانی پێکەوە مسۆگەر بکەن. ڕەنگە گرانبەهایی و دانسقەیی بەردەکان دیارترین هۆکار بن بۆ بوونیان بە هێما و

سومبوولی خۆشەویستی، تا ئێستایش پێشکەشکردنی ئەڵماس هێمایە بۆ خۆشەویستی و تا ئێستایش ئەنگوستیلەیەکی نقێم بریقەدار دەتوانێت سەرنجی چاوەکانی کچێک ڕابکێشێت و شەیدای بکات.

ژن ئەوسا و ئێستایش لە پرسی پێشکەشکردنی خشڵەوە مامەڵە لەگەڵ سۆزی پیاودا دەکات. لێرەیشدا دەبێ واقیعبینانە دان بەوەدا بنێین، کە پیاو کەوتە خۆشەویستییەوە هەموو شتێکی بەهادار و گرانبەها دەبەخشێت - ژنیش وێڕای حەز و بەهاداریی جوانی و خۆڕازاندنەوە، بێگومان فیترەیەکی شەیتانیی هەیە بۆ کۆکردنەوەی خشڵ وەک ماڵی سپیی بۆ ڕۆژی ڕەش.

ئەڵقەی مارەکردن و هاوسەرگیری چۆن هاتە ئارا؟

لە بەدواداچووندا بۆ بەسەرهاتی ئەڵقەی هاوسەرگیری تێبینیمان کرد، مرۆڤ لە بەراییدا وێنەی بازنەیەکی لەسەر زەوی کێشاوە، ئەو کچەی ئەشقی بووە دەخرایە نێو بازنەکە و بە دەوریدا دەسووڕایەوە و نەیدەتوانی بچێتە نێو بازنەکەوە، دواتر ئەڵقە کردنە پەنجە بووە ناسنامەیەک، بەو مانایەی کەسەکە، کۆیلە بوو بێت یان خانەدان، ئەڵقەیەکیان پێوە دەبەست و پیت یان ناویان لێ دەنووسی، کە ئەم کەسە کێیە، واتە دەبووە "مۆر"، بەڵام ئەڵقەیش وەک هەموو هێماکان لە ژیانی مرۆڤدا پەرەی سەندووە و لەگەڵیشیدا ڕۆڵی دیاریکراوی پەرەی سەندووە.

بەلایەنی پەیوەستبوونی ئەڵقەوە بە پەیوەندیی پیاو بە ژنەوە یان ژن بە پیاوەوە و لە پەیوەندییە سۆزدارییەکاندا - تێبینی کراوە سەرەتا ئەڵقەی مارەبڕین بووە و دواتریش بووە بە ئەڵقەی هاوسەرگیری. ئەڵقەی مارەبڕین و دەزگیرانی ئاماژە بۆ بوونی پەیوەندیی هەردوو ڕەگەز بە ڕەگەزی بەرانبەرییەوە و ئیتر پێویست ناکات بۆ ئەو مەبەستانە کەس عەوداڵی بێت،

ئەڵقەکەیش لە شێوە بازنەییەکەیدا مانای بەردەوامی و نەمریی دەگەیاند. دەڵێن لە سەرەتادا لە کانزا نەبووە، بەڵکوو بەنێک بووە کورێ لە پەنجەی کچەکەی دەبەست، دواتر قۆناغی کانزا و بەردی گرانبەها هاتنە ئارا، بەلام لە سەرەتادا هەندێ ڕاوبۆچوون هەبووە لەبارەی بەردی گرانبەها و جۆری کانزای ئەڵقەی هاوسەرگیری و خەڵکی قاییل نەدەبوون لە بەردی جۆری "ئۆپاڵ- ئەوبال" و مرواری دروست بکرێت، چوونکە پێیان وابووە بەردی ئۆپاڵ مایەی شەڕ و ناکۆکی و مرواریش هۆکاری گریان و ئەشکڕشتن بووە.

دواتر بووە ئەڵقەی هاوسەرگیری. لە سەدەکانی ناوەڕاستدا بۆنە و ئاهەنگی هاوسەرگیری لە کڵێسادا دەکرا، قەشە ئەڵقەکەی دەکردە پەنجە کەڵە و ئەوەیش مانا و دەلالەتی خودای دەگەیاند و دواتریش بە سروودی ئایینییەوە دەیکردە پەنجەی شایەتمانی ئەوەیش دەبووە سروود و ستاییشەکانی عیسا پێغەمبەر(سەلامی خوای لێ بێت) و دواتر دەکرایە پەنجەی ناوەڕاست بە سرووودێکەوە، کە بە ڕۆحی پیرۆز تەواو دەکرا و دواتر دەکرایە پەنجەی پێش کۆتایی و دواجاریش دەکرایە پەنجەی کۆتایی بۆ بەردەوامی پەیوەندبوون بە ڕۆحێکی پیرۆزەوە.

ماوەیەک دواتر کڵێسا شێواز و سرووتی تری بەکار هێنا، کە ئەڵقەی هاوسەرگیری کرا بە دوو ئەڵقەی پێکەوەلکاو. لە کاتی بۆنەی هاوسەرگیرییەکەدا قەشەی کڵێساکە ئەڵقەکانی لەیەک جیا دەکردەوە و هاوسەرگیرییەکە بەپێی "ئینجیل" ڕادەگەێنرا، دواجار هەریەک لە بووک و زاوا یەکێک لە ئەڵقەکانی دەکردە پەنجەی، بەلام ئەڵقەی هاوسەرێتی پەرەسەندنی تریشی بەخۆوە بینیوە، کە پەیوەست بووە بە سۆزی مرۆڤەکەوە. لە ئەورووپادا "ئەڵقەی پاکی" ناودار بووە و بریتییە لە ئەڵقەیەک کەسێکی هەست و سۆز پاک پێشکەشی ئەو کچەی دەکرد کە خۆشی

دەویست و دەیکردە پەنجەی و دەڕۆیشت. دەوترێت ڕەنگی ئەڵقەکە مانا و ئاماژە بووە بۆ بەردەوامبوون یان نەبوونی سۆزداریی گەنجەکە، بۆیە ئەگەر ئەڵقەکە کاڵ بووایەتەوە ئیتر کچەکە دەیزانی، کە کوڕەکە ئەوی لەبیر کردووە.

لە سەردەمی ڤیکتۆرییشدا ئەڵقەی نەمری هەبووە، کە بەردی بەنرخی زۆری تێدا بووە، واتە حەوت بەرد لە یەک جۆر. عەقیقی سوور هێمای وردەکاری و ئەمانەت و چەسپان و دڵسۆزی بووە، هەر بەردە و هێما و دەلالەتی قووڵی خۆی هەبووە لەو پەیوەندییەدا کە کوڕ و کچ یان ژن و پیاوی پێکەوە دەبەستەوە.. لە سەدەی ڤیکتۆریدا هاوکات ئەڵقەی نیگارد (Negard ring) هەبووە، کە چەندین بەردی بەنرخی یەک لەدوای یەک پێوە دەکرا. بەردی "ڕۆبی" بۆ ئەوەی شەیتان لە کۆڵ خۆشەویستان بکاتەوە، هەروەها بەردی " ئیمیراڵد (Emerald) زومەرد بۆ سەرکەوتن، بەردی ئەمسایست (Amethyst) بۆ مانەوەی حەز و ئارەزوو لای هەردوو هاوسەر. پیتی یەکەمی ناوی هەردوو هاوسەریش لەسەر ئەڵقەکە دادەنرا.

چیرۆکی ڕۆژی خۆشەویستی لە چییەوە هاتووە؟

ڕۆژی خۆشەویستی "ڤالانتاین" لە سەردەمی ڤیکتۆریدا وەک بۆنەیەک گێڕدراوە، نەریتەکە لە بنچینەدا دەگەڕێتەوە بۆ سەردەمی ڕۆمانییەکان، واتە ئەو کاتەی لە ڕۆژی دەی مانگی شوباتدا کڵێسا بۆ بۆنەی ڕۆژی زۆربوونەوە[١] ئاهەنگی دەگێڕا، بەڵام لە کڵێسای ئینگلیزیدا ڕۆژی چواردەی هەمان مانگ ئاهەنگەکە ساز دەکرا، ناوەکەیش لە ناوی قەشەی ڕۆمانی جالنتین (Galantine) وە هاتووە، کە مانای ناوەکە واتە خۆشەویستی، دەوترێت ئەو قەشەیە بڕوای بە خۆشەویستی هەبووە و ئاهەنگی بۆ ساز

١ واتە هاوسەرگیری بۆ نەوەخستنەوە/وەرگێر.

کردووه، بۆ ئەو مەبەستەیش ئەڵقەیەکی دروست کردووه، کە وێنەی کیوبیدی پاشای خۆشەویستی لەسەر کێشاوە.

لەگەڵ بەرەوپێشچوونی کاتدا ڕۆژی خۆشەویستی سیفەتی بازرگانی بەڕوونی پێوە دەبینرا، چوونکە بازاڕەکان پڕ دەبوون لە دیاریی خۆشەویستی و کارتی ئەویندارانن، زۆر دڵیش لەو ڕۆژەدا بریندار دەبوون، چوونکە خۆشەویستییان نەبووە.

دیارترینی ئەو دیارییانەی پێشتر لەنێوان ئەویندارانندا لە ڕۆژی خۆشەویستیدا پێشکەش بە یەکتری دەکرا، گوڵی کرۆکۆس (Crocus) بووە، کە لە سەرەتای بەهاردا گوڵی دەکرد و ببووە هێمای هاتنی وەرزی بەهار و خۆشەویستیی بچووک و پاکوبێگەرد.

لە سەدەکانی حەڤدە و هەژدە و نۆزدەدا لە ڕۆژی خۆشەویستیدا کوڕان دەستکێشی گوڵچنراویان پێشکەشی کچان دەکرد، کە هێما بوو بۆ دەستە پاکەکانی کچەکە و دڵسۆزیی بۆ کوڕەکە، کچیش پێشکەشی کوڕی دەکرد بۆ ئەوەی ئیتر دەست لە شمشێرەوە نەدات.

چۆلەکە ئەوسا و ئێستایش سومبوولی خۆشەویستییە، پێشکەشکردنی دوو چۆلەکە لەو بۆنەیدا لەو بیروباوەڕەوە هاتووە، کە چۆلەکە لەو ماوەیەدا بۆ بەچکەکردن هاوژینی خۆی هەڵ دەبژێرێت بۆیە پێشکەشکردنی دوو چۆلەکە واتە منیش مناڵم لێت دەوێت.

گوێچکەماسیی دەریاییش یەکێک لە دیارییە دیارەکانی ڕۆژی ڤالانتاین بووە، چوونکە گوێچکە ماسی هێما بووە بۆ ئۆزۆریتی خواوەندی خۆشەویستی، کە لە دەریاوە هاتۆتە دەرێ، ڕەنگە سەردەمی کۆن و هاوچەرخیش کارتەکانی خۆشەویستی لە هەموو دیارییەکانی تر بەناوبانگتر بن.

بەسەرهاتی کەوچکەکانی خۆشەویستی چییە؟

کەوچکەکانی خۆشەویستی (Love spoons) لە هەرێمی وێڵز لە بەریتانیاوە هاتە ئارا. یەکەمین کەوچکی خۆشەویستی لە نیوەی دووەمی سەدەی شازدەوە تێبینی کرا، هەرچەند لێکۆڵەران جەخت لەوە دەکەنەوە کەوچکی خۆشەویستی لە وێڵز و لە سەرەتای سەدەی حەڤدەیەمەوە دەر کەوتووە تا سەدەی نۆزدە بەردەوام بووە.

سەرەتا دەبوو ئەو لاوەی دەیەوێت هاوسەرگیری بکات لە داری تووس لانەی هاوسەرێتی دروست بکات و قاپ و کەوچکی بۆ ئامادە بکات، تا لە ماڵی هاوسەرێتییدا پێشکەشی بکات، دواتر کەرەستەی چێشتخانە لە کانزای تر دروست دەکرا و دواتر بایەخی زیاتر بە دروستکردنی کەوچک درا، کەس نازانێت ئەم بەسەرهاتی کەوچکدروستکردنە چۆن سەری هەڵدا، بەڵام لە سەرەتای سەدەی حەڤدەوە گەنجانی ئەویندار کەوچکی دارینیان پێشکەش بە خۆشەویستانیان دەکرد، کە خۆیان دروستیان دەکرد و هێمایەکی دیاریکراویان لەسەر هەڵدەکۆڵی. کەوچک لە خۆیدا دیارییەک بوو هەڵگری پەیامی خواستی پەیوەندیی سۆزداری بوو، کچیش بەپێی خواستی خۆی ئەو پەیوەندییەی قبوڵ یان ڕەت دەکردەوە، دواتر لە ئەورووپا و لە خێزانە زەنگینەکاندا کەوچکی زیوی بەکار دەهێنرا و دەدرا بە کچی پاکیزە، چوونکە زیو کانزایەکی پاک و بێگەردە لە چاو کانزاکانی تردا، زیاتر بەکارهێنانی کەوچکی دار تەنها بە هۆی هەرزانی زیاتر و مانەوەی بووە، دەگوترا داریش وەک دڵی مرۆڤە ڕاستە لەگەڵ بارودۆخدا ڕەنگی دەگۆڕێت، بەڵام نامرێ و دەژی.

کلکی کەوچکەکە گرنگ بووە لە شێوە و دیکۆری کەوچکەکەدا، چوونکە هێماکانی لەسەر هەڵ دەکۆڵرا، سەرەتا بایەخ بەوە دەدرا بکرێتە ئامرازێکی کرداریی بەسوود بۆ خواردن، بەڵام

پەرەسەندنی ژیان وای کرد کەوچکیش بە خۆشەویستییەوە گری بدرێت، بۆیە هەندێکیان بۆ گوزارشتکردنێک دروست دەکرا. واتە ئامانج لێی دیکۆر بووە نەک بۆ بەکارهێنان. کەسی ئەویندار بە هێمای هەڵکۆڵراوی سەر کەوچکەکە پەیامێکی دەنارد. چیرۆکە رۆمانسییەکانیش تەئکید لەوە دەکەنەوە، کە گەنجی وێڵزی لە گەشتی دەریاییدا تەختە و چەقۆی لەگەڵ خۆیدا دەبرد، تا لەو گەشتیەدا کەوچکێک بۆ خۆشەویستەکەی دروست بکات. جووتاریش لە کاتی پشوویدا لەژێر درەختێکدا دادەنیشت و کەوچکێکی بۆ خۆشەویستەکەی دروست دەکرد، کە بە هێما پەیامێکی لەسەر هەڵدەکۆڵی.

زۆرینەی هێمای سەر کەوچکەکانی خۆشەویستی هێمای گشتی و ناسراو بوون لای خەڵکی، هەندێکی تریان نەبێت، کە هەڵگری هێمای تایبەت و کەسێتی بوون.

لە ئێستادا لە وێڵز، [1]کەوچکی خۆشەویستی تەنها لەنێوان ئەویندارانـدا پێشکەش بەیەکتری ناکرێت، بەڵکوو دەکرێت بە دیاریی هاوسەرگیری و یادی لەدایکبوون و دەرچوونیش لە خوێندن و سەرکەوتن لە کاروباردا، یان بە دیاری دەبرێت بۆ ئەوانەی خانووی تازەیان کردووە.

دیارترین ئەو نەخشانەی کەوچک کە لەسەر دەست مۆر دەکرا، هێمای دڵە کە واتە خۆشم دەوێیت، پێکداچوونی دوو دڵیش واتە "دەزانم خۆشت دەوێم، یان دڵمان هەتا هەتایە پێکەوە دەبێت" هێمای قفڵ لەسەر کەوچک لای ئەویندارانی وێڵز سێ مانای هەیە، ڕەنگە مەبەست لێی ئەوە بێت، کە ئەویندار بڵێت "دڵت لە ئاست ئەم خۆشەویستییە دامەخە" یان بڵێت "ماڵێکم هەیە دەمەوێت تیایدا بەشداری ژیانم بێت" یان بڵێت "خۆشم دەوێیت و هێندە پەرۆشتم دەرگای دڵم دادەخەم لەسەرت"

[1] ئەم کتێبە لە ٢٠٠٨ دا، نووسراوە جا نازانین تا ئێستایش ئەوەی نووسەر باسی دەکات وەک نەریتێک هەر ماوە/وەرگێر.

زنجیری دارینی کلکی کەوچک لە هەموو هێماکان گرانتر دروست دەکرێت، بەلام هەلگری هێمایەکە شایستەی ئەو ئەزیەتەیە لەگەلیدا دەدرێت، چوونکە هەلگری نامەیەکە گەنجی ئەویندار وێلزی دەلێت،" هەموو تەمەن لەگەل یەکدا دەبین" هێمای گەلای داریش دەلێت خۆشەویستیت لە ناخمدا گەشە دەکات، کەوانە دەمەوێ لەژێر ساپیتەیەکدا لەگەلمدا بیت، پەیامی تۆپە بچووکە بەندراوەکان لە کەوچکەکەدا بەپێی ژمارەیان،" ئەوەندەم منال لێت دەوێت"چۆلەکە،" وەرە پێکەوە هەلبێین" ئەلماسی هەلکۆلراو،" پێکەوە دەولەمەند دەبین" هەلکۆلینی گول واتە پەیمانت دەدەمێ دوای هاوسەرگیریش بەرۆمانسی دەمێنمەوە، چەندین هێمای تری هەلکۆلراو لەسەر کەوچک، کە لای خەلکی وێلز هەلگری جوانترین نامەی خۆشەویستین.

کیبوید کێیە؟

کیوبید (Cupid) یەکێکە لەخواوەندەکانی خۆشەویستی لای رۆمانییەکان، کیوبید کورێکە لە کورەکانی ڤینۆسی خواوەندی جوانی رۆمانییەکان، کە هاوشێوەی ئەفرۆدیتی خواوەندی خۆشەویستییە لای یۆنانەکان. ڤینۆس، کە لە دەریاوە بە گوێچەکەماسییەک دەر دەچێت و بە پرچی درێژی عەورەتی داپۆشیوە، لە نەریتی رۆمانییە دێرینەکاندا، لە کەفی شەپۆلی دەریا دروست بووە و کەفی دەریاکەیش لە کۆئەندامی نێرینەی پاشا یۆرانۆس پەیدا بووە، کە کرۆناسی کوڕی خەساندوویەتی و ئامرازی نێرینەیی فڕێ داوەتە دەریاوە، لە پێکدانی شەپۆلەکان ڤینۆسی خواوەندی خۆشەویستی و جوانی و سێکس دروست کردووە، کە ئەمیش چەندین مندالی بووە هەر منالە و ئەرکی خۆی هەیە، یەکێک لەو منالانەی کیوبیدە و ئەرکی کیوبید هەلگرتنی کەوانەی خۆشەویستییە بۆ لێدانی دلەکان، رەنگە

ئەم ئەفسانەیە بیەوێت پێمان بڵێت مرۆڤ وەک کیوبید منداڵێکی بێگوناهە، تا ئەو دەمەی دەکەوێتە خۆشەویستییەوە، هەروەها ئێمە لە خۆشەویستیدا دەبینەوە بە منداڵی سادەوساکار، ڕەنگە ئەو منداڵەیش هێمایەک بێت، چوونکە خۆشەویستی گەورە نابێت، ڕاڤە و لێکدانەوەکان چەندە زۆر بن، ئەوسا و ئێستایش ئەم منداڵە بە تیروکەوانەکەی دڵەکان دەپێکێت و چاوەکان بۆ خۆشەویستی دەکاتەوە.

بۆچی سێو بە هێمای خۆشەویستیی ئیرۆتیکی دانراوە؟

چیرۆک و بەسەرهاتی سێو دەگەڕێتەوە بۆ بەسەرهاتی دەرکردنی ئادەم و حەوا لە بەهەشت و دابەزاندنیان بۆ سەرزەوی. هەرچەندە هەرسێ ئایینە ئاسمانییەکە پێیان وایە دەرکردنی ئادەم و حەوا لە بەهەشت سزایەک بووە بۆ لادان لە فەرمانی خودا، کە ڕێگەی پێدان لە هەموو نیعمەتەکانی بەهەشت بخۆن تەنها دارێک نەبێت، بەڵام ئەوان خۆیان ڕادەستی وەسوەسەی شەیتان کرد و لەو دارەیان خوارد، بەڵام جۆری یان ناوی دارەکە نەبراوە، بۆیە لە فیکری کۆنی خۆرئاوادا ئەو دارە بە داری سێو دانراوە، بەڵام لە ئایینی ئیسلامدا ئەو دارە بە نەناسراوی ماوەتەوە، بەڵام لەبەر ئەوەی مرۆڤ بە سروشت نموونەی بەڵگەداری دەوێت، بۆیە سێو کرا بە هێمای خۆشەویستی و ئیرۆتیک و فریوخواردن. ڕاڤە ئایینییە گشتییەکان لە هەرسێ ئایینە ئاسمانییەکاندا لەوەدا تەبان، کە ئەو دارە حەرام کراوە دەتوانێت ڕەمەکە سێکسییەکان بجوولێنێت[1] ، ئەوەی سەیرە لێرەدا ئەوەیە هەندێ لە گەل و میللەتان دارەکە بەو دارە دادەنێن، کە لە ژینگەی وڵاتی خۆیاندا

---

١ ئەم بۆچوونەی نووسەر بەلای بەندە سەیرە چوونکە تا ئەم ساتە بۆچوونی لەو جۆرە نەبیستووە، نەخوێندۆتەوە، بەتایبەتی لە ئایینی ئیسلامدا/ وەرگێڕ.

زۆر باوە، بۆ نموونە هەندێ لە گەلانی ئەفریقیا ئەو دارە بە داری مۆز دادەنێن، هەندێ لە هۆزەکانی هاوای بە داری ئەنەناسی دەزانن.

بۆچی ئەوینداران دەریایان خۆش دەوێت؟

دەریا هاوڕێی خۆشەویستانە، هەر ئەوینداریێکیش ئەگەر لە شوێنێکدا بێت دەریای لێبێت بێگومان دەچێتە سەر دەریا، دەریا بە هێمنی و ئارامی، بەقووڵیی، ئاسۆی دووری هاوتای هێمنیی سۆزە و پێکدانی شەپۆلەکانیشی هاوتای قووڵی سۆزەکەیە، ئەویندار هەست بەم بنچینە جوان و دڵڕفێنەی ئاسۆی دوور دەکات.

شینی و بێگەردیی دەریا تەبان لەگەڵ هەستی پاک لای ئەویندار لەبارەی سۆزەکانیەوە، دەریا بەو بێگەردییەی ئەویندار سەراسیمە دەخاتە برێک رامان و رێکخستنەوەی لاپەڕە پەرشوبڵاوەکانی سۆزەکانی و دەیگەیێنێت بە هاوسەنگیی بیرکردنەوە. دەریا هەندێ پرسی خۆشەویستی قەرەبوو دەکاتەوە، وەک هەستکردن بە لەمپەرەکانی ژیان، کە لە دەریادا نییە، دەریا سرکەر و خەوێنەرە و تەماشاکردنی ئەویندار سڕ دەکات زیاتر دەیخاتە خەونبینینەوە، دەریا هەروەها مانای ئارامی و چاوەڕوانی دەگەیێنێت، کە ئەویندار بۆ بەدەستهێنانی خۆشەویستەکەی پێویستیی پێیانە. دەریا خۆشەویستییە، ئارامی و هەژان و بێگەردی و نادیاری و فراوانگیری.

گوزارشتکردن لە خۆشەویستی

ئایا دەتوانین پلە و ڕادەی خۆشەویستی پێوانە بکەین؟

بێگومـان زەحمەتـە بتوانیـن ئاسـت و پلـەی خۆشەویسـتی بپێویـن وەک ئـەوەی بڵێیـن سـۆزداریی ئـەم پیـاوە ١٠/١٠یـە، یـان ئەویـان نیوبەنیـوە، چوونکـە پرسـی زۆری پێکداچـوو هـەن کـە یەکەمیـان کەسـێتی ئـەو مرۆڤەیـە خۆشەویسـتی دەکات، دووەمیش تواناکانێتـی بەگشـتی، کـە حوکـم بەسـەر پلـە و ئاسـتی خۆشەویسـتییدا بـۆ کەسـێک دەدەن، دواتـر لایەنـی دووەم، واتـە کەسـی خۆشویسـتراو، ئەویـش بەپێـی هەسـت و پێکهاتـەی خـۆی بڕی ئەو خۆشەویستییە دیاری دەکات، کە وەری دەگرێت، ڕەنگە لـە یـەک کاتدا هەمـان بڕ و جۆر بەخشینی خۆشەویستی لای هـەر تاکـە و بـە جۆرێکـی جیـاواز لـەوی تریـان ببینرێـت، بـۆ نموونـە پیاوێک ئەڵقەیـەک، ئەنگوسـتیلەیەک پێشکەشـی ژنێک دەکات، ڕەنگە ژنەکـە ئـەم دیارییـە بـە لووتکـەی خۆشەویسـتیی بزانێـت، بـەڵام ژنێکـی تـر ڕەنگـە بـە شـتێکی ئاسـایی دابنێت، کـە بـەس نەبێـت بـۆ سـەلماندنی خۆشەویسـتییەک لـە لووتکـەدا بێـت، بـەڵام یەکێـک لـە پێـوەرە گشـتییەکان بـۆ پێوانەکردنـی پلـەی خۆشەویسـتی بریتییـە لـە هێـز و توانـای گوزارشـتکردن لـە خۆشەویسـتی.

ئەویندارا‌ن، بە شێوەیەکی بەهێز سـۆزیان دەر دەبڕن و توانای زمانەوانییـان بـاش دەبێـت و بـە چەندیـن ڕسـتە و دەسـتەواژەی

جوان و مانا قووڵ گوزارشت لە هەست و سۆزیان بۆ خۆشەویستەکەیان دەکەن. ئەو ڕستە جوانانە هاوکات کرداریشیان لەگەڵدا دەبێت. هەندێک جاریش لەتاو ئەو خۆشەویستییەدا ڕەفتار و کاری ئەوتۆ دەکەن لەدەرەوەی هەستیاندایە، ئەوان بە هۆی خۆشەویستییەکەوە جەربەزەتر دەبن، بۆ نموونە لەوانەیە لە نیوەشەودا بچنە ماڵی خۆشەویستەکەیانەوە، یان بە پێچەوانەوە زۆر ڕەوشت بەرز دەبن. لە ڕووی مادییشەوە وریا و بەئاگان یان ڕەنگە ڕەفتارێک بنوێن لەدەرەوەی سروشتی ئاسایی خۆیاندا بێت، بۆ نموونە خۆیان وشک و توند و دڵڕەقن، بەڵام لە حاڵەتی خۆشەویستیدا تەواو نەرمونیان و نگین دەبن.

کەواتە، یەکێک لە پێوەرە دیارەکانی پێوانەکردنی خۆشەویستی گوتار و کردارە، واتە ڕەفتارێکی جوان، یان نابەجێ و پێچەوانەی سروشتی کەسەکە، کە بەڕوونی تێبینی دەکرێت.

ئایا دەتوانرێت تەنها بە چاوەکان پەیامی خۆشەویستی بگەیەنرێت؟

بێگومان ئەمەیان پرسێکە ئەزموونەکانی ژیان و لێکۆڵینەوە زانستییەکانیش سەلماندوویانە، چاو بۆخۆی زمانێکە دەنگ و گوزارشتی زۆر دیاریکراوی هەیە لە دەربڕینی ئەوەی لە ناخدایە، لە کۆمەڵگە پارێزگار (رادیکاڵ) کاندا کە عەیبە و قەدەغەکراوەکان زۆر توندن لە ژوان و پێکگەیشتنی ئەویندارانیدا. تەنانەت کەسوکار و چاودێرانیش ناتوانن ڕێ بگرن لە گەیاندنی پەیامی چاوەکان. لە لێکۆڵینەوەیەکی هیلم (Helm) ١٩٨٦ هاتووە، کە تەماشاکردنی یەکتری باشترین ئامڕازە بۆ گەیاندنی نامە سۆزدارییەکان لەنێوان ئەویندارانیدا، لە لێکۆڵینەوەیەکی وردەکارانەتردا، کۆمەڵێک توێژەر کە توێژینەوەکەیان لەسەر خوێندکارانی زانکۆ کردووە، تێبینیان کردووە ئەوان بە چاوەکانیان هەندێ پەیامیان

ئاڕاستەی یەکتری کردووە، وەک ، "من غیرەت لێ دەکەم" "من سەرسامی تۆم" تەنانەت ، "من زۆر ئارەزووی سێکسیم هەیە بۆت"(1994struckman et la).

ڕاستە ژن لە پیاو باشتر گوزارشت لە سۆزداریی دەکات؟

بەڵێ، ژن بۆ گوزارشتکردن لە هەستی بە شێوەیەکی گشتی، لە هەستە سۆزدارییەکانی بەتایبەتی لە پیاو زیاتر زمان بەکار دەهێنێت، ئەمەیش دەگەڕێتەوە بۆ جیاوازییە ڕەگەزییەکان کە کۆمەڵێک جیاوازیی بە پلەی یەکەم خۆڕسکین، کە وا دەکەن ژن لە توانای دەربڕیندا سەرکەوتووتر و پیاویش لە توانای جەستەییدا بەهێز تربن.

لە لێکۆڵینەوەی کۆمەڵێک توێژەردا (1989 Blier et al) دەر کەوتووە ژن دەتوانێت لە پیاو باشتر گوزارشت لە سەرسامبوون، خۆشەویستی، خواست و ئارەزووەکانی، ترس و خەمەکانی بکات، پیاویش بە شێوەیەکی گشتی - لە هەمان لێکۆڵینەوەی داتاداری شیکارییدا – لە گوزارشتکردن لە هەستەکانیدا وریاترە، بەتایبەتی لە دەربڕینی ترس و تووڕەیی لە پیاوێکی تر. لە لێکۆڵینەوەیەکی جوانی تردا، کە لەسەر کۆمەڵێک هاوسەر کراوە، کە زۆر یەکتریان خۆش ویستووە، دەر کەوتووە پیاو ئەگەرچی لە لووتکەی خۆشەویستییشدا بێت لە دووبارەکردنەوەی ئەشق و خۆشەویستیدا شەکەتی و بێزاری دەر دەبڕێت. پیاوێک کە هاوسەر و هاوکات خۆشەویستیشە، لە نەخۆشیی خێزانەکەیدا پاڵپشتی بووە و هیچ بێزاری و بۆڵەیەکی دەر نەبڕیوە، تەنها بۆڵەیەک کردوویەتی بۆ دەرخستنی هەست و سۆزی خۆشەویستییەکەی بووە (Becr).

تا چ ڕادەیەک دەستلێدان و بەریەککەوتن هەستی

خۆشەویستی دەگەیێنێت؟

بەریەککەوتن، دەستلێدان، بەهێزترین و گرنگترین ئامراز و هۆکاری پەیوەندیی و پێکەوەبوونی نێوان مرۆڤەکانە، بەڵکوو وردترین و گرنگترین هۆکاری هێماییە بۆ گوزارشتکردن لە هەستەکانی مرۆڤ. لێکۆڵینەوەی تایبەتی زۆریش کراوە لەبارەی گرنگیی بەرکەوتن و دەستلێدانەوە، بەڵام توێژەران پێیان وایە وەک ئامرازێکی گوزارشتکردن لە خۆشەویستی دەبێ وریاییەک هەبێت لە دەستلێدان و دەستبەرکەوتندا. بۆ ئەوەی بەهەڵە لێکنەدرێتەوە و نەکرێتە دەرفەت بۆ کاری تریش، بۆ نموونە ئێمە منداڵ وا پەروەردە دەکەین و تێدەگەیێنین، کە دەستلێدان واتە خۆشەویستی و سۆز، بەڵام دەبێ لەوەیش ئاگاداری بکەینەوە، کە لە هەمان کاتدا دەبێ ئاگاداری دەستبۆبردنی خەڵکانی نامۆ بن بە ناوی خۆشەویستییەوە، کە ڕەنگە دواجار بگاتە دەستدرێژیی سێکسی.

ڕەنگە توێژەر(سایر 1982 Thayer) لە هەموو توێژەران زیاتر وریایی دابێت لە خراپ بەکارهێنانی دەستلێدان، ئەو بانگەشەی کردووە بۆ بوونی ڕۆشنبیریی دەستلێدان لەمیانەی دیاریکردنی ئاست و ڕادەی دەستلێدان لە زۆر بەسۆزییەوە بەرەو دەستلێدانی زۆر سادە و ساناتر.

دەستلێدان ڕەنگدانەوەی پەیوەندی و جۆر و ئاستی پەیوەندییەکەیە لەنێو کۆمەڵگەدا. لە ڕاستییشدا ئێمە لە کۆمەڵگەی خۆرهەڵاتیدا بۆ گوزارشتکردن لە پەیوەندییە گشتی و کۆمەڵایەتییەکانمان، خۆکردانەتر بۆ دەربڕینی هەستەکان دەستلێدان و بەرکەوتن بەکار دێنین، بۆ دەربڕینی ڕەمەکەکانیش ئەو دەستلێدانە تایبەتتر دەبن، لە کاتێکدا لە وڵاتانی خۆرئاوادا ئەو دەستلێدانە کایە گشتی و کۆمەڵایەتییەکە ناگرێتەوە و زیاتر تایبەتمەندییە کەسێتیە ڕەمەکییەکە دەگرێتەوە.

خۆرهەڵاتییەکان لە جۆرەکانی دەستلێدان و بەرکەوتنی سۆزدارییدا دەوڵەمەندترن.لە لێکۆڵینەوەیەکی بەراوردکاردا بۆ دەستلێدانی خۆرئاوایی لەگەڵ دەستلێدان لە ئەفریقیا، دەر کەوتووە ئەفریقییەکان بەتایبەتی، ناتوانن تەنها بە قسە و گوفتار گوزارشت لە خۆیان بکەن، بەڵکوو لە هەموو هەستەکانیاندا گوفتار و کردار، دەستلێدان بەشداره، ئیتر گوزارشتەکە بۆ خۆشەویستی بێت، بۆ سێکس بێت یان بۆ خۆشی و توورەیی (1992 Ldowa and Alao).

بۆچی هەندێک کەس بۆ وەسفکردنی ڕادەی خۆشەویستییان درۆ دەکەن؟

بە شێوەیەکی گشتی ئێمە لە هەموو وردەکارییەکاندا لە هەقیقەتی ڕاستەقینەی ژیاندا نیین. بۆیە لەبارەی توانا و هەست و خواستەکاندا هەندێ درۆکردن بە سروشتی و قبوڵکراو دادەنرێت (ئەگەر ئەم بۆچوونەی نووسەر لە ڕووی زانستییشەوە بێت، بەڵام لە ڕووی هەقیقەتی ئایینییەوە هیچ درۆکردنێک قبوڵکراو نییە، چوونکە دواجار ڕاستییەکە دەر دەکەوێت، کورد واتەنی پەتی درۆ کورتە و دواجاریش لە پرسە سۆزدارییەکاندا دەرکەوتنی درۆ ئەگەرچی بە مەبەستی گەرمکردنی پەیوەندییەکەیش بێت، بەڵام دوور نییە شکستی پێ نەهێنێت/وەرگێڕ)

لە خۆشەویستیدا درۆکردن و زیادەڕەوی ڕوونتر و زیاتر دەکرێت، سۆزەکانی تری مرۆڤ هەرچییەک بن سۆزی خۆشەویستی لە هەموویان بەهێزتر و قووڵترە. لە زۆر کاتیشدا مرۆڤ لەپێناوی قەناعەتهێنان بەو کەسەی خۆشی دەوێت دەکەوێتە زیادەڕەویکردن بۆ دەرخستنی ئاست و ڕادەی هەست و سۆزی بۆی و گرنگیی ئەو بەلایەوە، بۆیە هەندێک جار دەڵێت، " دەمرم ئەگەر لێم جیابیتەوە" " بەبێ ئەو من هیچ نیم،

کەسێکی سەرگەردانم و ناتوانم بڕیارێک لە ژیانمدا بدەم"... هتد. هەندێک جاریش دەبیستین ئەوینداران دەڵێن، " تا هەتایە خۆشم دەوێیت" یان کچ دەڵێت، " لە خۆم خۆشترم دەوێیت" ڕەنگە واقیعی ژیانیش تەئکید لەوە بکاتەوە، کە زۆرێک لەوانەی دەستەواژەی خۆشەویستییان دەر بڕیوە، دواتریش بەبێ خۆشەویستەکەیان ژیابن و بگرە کەسێکی تریشیان خۆش ویستبێت.

هەندێک جار درۆکردن یان زیادەڕۆیی لە دەر بڕیندا دەبنە پێویستی، کاتێک ژن لە هاوسەرەکەی دەپرسێت، " تا هەتایە منت خۆش دەوێت و دڵ بە کەسی تر نەدەیت؟ " دیارە پیاوەکەیشی دەڵێت، " بێگومان ئەزیزەکەم" " ئەرێ ئێستایش وەک سەرەتای هاوسەرگیریمان حەزت لێمە و ئارەزووم دەکەیت؟" بێگومان وەڵامەکە بەم جۆرە دەبێت، " لەوسا زیاتریش" ئەگەرچی لایەنی دووەم بشزانێت لایەنی یەکەم زیادەڕۆیی دەکات لە وەڵامەکاندا، بەڵام چێژی خۆی هەیە بەختەوەر دەبێت پێی، بۆیە هێندەی سۆز و خۆشەویستییەکە چاوپۆشیکردنیش لە درۆکردن و زیادەڕۆییەکە دەکرێ و قبوڵ دەکرێت.

ئایا پەیوەندی هەیە لەنێوان خۆشەویستی و منداڵبووندا؟

بە شێوەیەکی گشتی، کاتێک مرۆڤ لە حاڵەتی خۆشەویستیدا دەبێت، لە ڕووی دەروونی و جەستەییەوە خۆشحاڵ و بەختەوەرە و دەیەوێت ژیان وەک باری سروشتیی گشتیی خۆی بەسەر بەرێت، منداڵبوونیش یەکێکە لەو ڕەفتارە خۆڕسکییە سروشتییانە.

بە شێوەیەکی دەروونیی تایبەتیش، ئەگەر مرۆڤ بە شێوەیەکی سروشتی پێگەیشتبێت - واتە منداڵییەکی بەختەوەرانە ژیابێت - هیچ دژایەتییەکی بۆ منداڵبوون نابێت، وەک ئەوەی ترسی لە منداڵبوون هەبێت نەبادا وەک خۆی لە ئازار و مەینەتیدا

بـژی، یـان ڕقـی لـە منـاڵ بێـت چوونکـە خـۆی مناڵێکـی بـار بـووە بەسـەر دایـک و باوکیـەوە، یـان کەسـوکار بەدڵیـان نەبـووە و خۆشـیان نەویسـتووە.

کەواتـە مناڵبـوون ڕەفتارێکـە ڕەنگدانـەوەی تەندروسـتیی دەروونـی و خۆڕسـکییە بەتایبـەت، کـە پەیوەنـد بێـت بـە منـاڵ خۆیـەوە.

لەلایەکـی تـرەوە، ئـەو کەسـەی بـە دروسـتی خـودی خـۆی خۆش بوێت خواستی لـە مناڵبوونیش هەیـە، چوونکـە مناڵبوون وا دەکات هەست بکات کەسێکی تەندروستە لـە ڕووی زایەندییـەوە و مناڵیش بەردەوامیدان بەخـۆی و نەمریدەکات.[1] مناڵەکەیش دەبێتـە ڕەنگدانـەوەی خودخۆشویسـتن چوونکـە دەبێتـە پشـتوپەنایەک لـە گەورەبـوون و پیربوونـی دایـک و بـاوک و پێویسـتییان پێـی.

مناڵبـوون هـاوکات گوزارشـتکردنە لـەو کەسـەی خۆشـت دەوێـت، ژن بۆیـە ئامادەیـە مناڵـی لـە پیـاو ببێـت چوونکـە خۆشـی دەوێـت، هەرچەنـد هەمـوو حاڵەتـەکان بـەم جـۆرە نییـە، ئـەو پیاوەیشـی هاوسـەرەکەی خـۆش دەوێـت بێگومـان حـەز دەکات مناڵـی لێـی ببێـت، ڕەنگـە دەسـتەواژەی ، " دەمەوێـت مناڵێکمـان ببێت" لـە دیارترین گوزارشـتەکان بێت لـە خۆشەویستی. کەواتـە مناڵبـوون پەیوەندیـی هەیـە بـە خۆشەویسـتییەوە بەگشـتی و بـە خودخۆشویسـتن و ئـەو خۆشویسـتن.

دیارە ئەم پرسە تەنها دەرەنجامی تێبینییەکانی ژیانی ڕۆژانەمان نییە، بەڵکوو بەلێکۆڵینەوە تێبینی کراوە ئەوانەی لە خۆشەویستییەکی قووڵ و گەرموگوڕدان حەزیان لەوەیشە مناڵی زۆریشیان ببێت، لێکۆڵەران دەڵێن وێڕای ئەوانەی لە خۆشەویستییەکی قووڵدان، ئەوانەیشی کە ئابووری و هێزی سیاسییشیان هەیە حەز لە مناڵبوونی زیاتر دەکەن.(1990 Singh et la).

---

١ وەک کوردەواری دەڵێت وەجاخ کوژێنە/وەرگێڕ

ڕاستە دەڵێن لێدانی خۆشەویست وەک مێوژخواردنە؟

ئەم پەندە کە پەندێکی عەرەبییە و دەڵێت، " چرب الحبیب أكل الزبیب" هەندێ ڕاستیی دەروونی تێدایە، کە پەیوەستە بە گرێدانی ئازارەوە بە خۆشەویستی، واتە قبوڵکردنی خۆشەویستی بە هەموو کەموکوڕییەکانیەوە، چوونکە کاتێک مرۆڤ کەسێکی خۆش دەوێت کەموکورتی و ئاکارەکانی ئەو کەسە قبوڵ دەکات. نموونەی کەسێتیی توندوتیژ و دڵڕەق بە قسە بێت یان جەستەیی نموونەیەکی باوە لای پیاوان، نموونەی مانەوەی ژنێکیش لای پیاوێکی توندوتیژ نموونەیەکە زۆربەمان بینیومانە و بەلامانەوە سەیرە، بەڵام ئەمە قبوڵکردنی کەموکورتی خەوشی خۆشەویستە، لایەنی دووەمیش کە ئەم قبوڵە دەکات ڕەنگە خەوشەکە لەپای باشییەکانی تری خۆشەویستەکەی قبوڵ بکات، یان بە ئومێدی ئەوە بێت ڕۆژێک لە ڕۆژان خۆشەویستەکەی بگۆڕێت و واز لەو توندوتیژییەی بێنێت، رەنگە ئەو توندوتیژییە وەک وێنەیەکی خۆشەویستی ببینێت، چوونکە زۆر جار بیستوومانە ژنێک دەڵێت، " بۆیە لێم دەدات چوونکە ئەوەندەی خۆش دەوێم غیرەم لێ دەکات"

ئەوەی گرنگترە پەیوەستکردنی خۆشەویستییە بە ئازارەوە لای مرۆڤ، ئەو پەیوەستکردنە کاتێک دەست پێدەکات کە "دایە" لە منداڵ دەدات و دواتر باوەشی دەکات و دەکەوێتە بەقوربانبوونی، لەو کاتەدا منداڵەکە لە ململانێی عەقلیی سنووردار و لە ناخیدا دەڵێت، " دایکە ئەگەر خۆشت دەوێم بۆچی لێم دەدەیت؟"وەلامی دایکیش لە هەموو شوێنێک ئەمەیە، " بۆیە لێت دەدەم چوونکە خۆشم دەوێیت" ململانێی ڕق و خۆشەویستی لە عەقڵ و دەروونی منداڵیدا بە هۆکاری لێدانی دایک یان باوکەوە ململانێیەکی زۆر توندە و منداڵ دەخاتە بەردەم دوو بڕیارەوە،

" خۆشەویستنی دایک و باوک یان ڕقلێبوونەوەیان"لەبەر ئەوەی دایک و باوک لای منداڵ پیرۆزییان هەیە، بۆیە نەستی بۆ خۆشویستنیان هانی دەدات، قبوڵکردنی ئازاری لێدانەکەیش بەشێکە لەو خۆشەویستییە.بەو جۆرە مرۆڤ گەورە دەبێت و لەڕێی نەستییەوە ئازار بە چێژ و خۆشەویست بەئازاردانەوە پەیوەند دەبێت، بەڵام ئەم پرسە چەند ئاست و پلەیەکی هەیە کە ڕەنگە بگاتە ڕادەی زیادەڕۆیی لە ئازارپێگەیاندن و ئازارچەشتن، کە بە سادیزم و ماسنۆشی ناسراون.

ئایا هاوڕەگەزەکان وەک کەسانی ئاسایی گوزارشت لە سۆزدارییان بۆ یەکتری دەکەن؟

دیارە مەبەست لە هاوڕەگەزەکان[١]) لە کۆمەڵگەی خۆرئاواییدا لێکۆڵینەوەی پێویست لەبارەی ئەم حاڵەتەوە کراوە، وێڕای کۆمەڵگەی خۆرهەڵاتی کە کۆمەڵگەیەکی پارێزگارە.

زانیارییەکان پشتبەستن تەنها بە تێبینیی پسپۆڕ و شارەزایان و ئەوانە لەو جۆرە کەسانەوە نزیکن.ئێمەیش دەبینین هاوشێوەیییەکی زۆر هەیە لەنێوان شێواز و بابەتی گوزارشتکردنی گوتەیی، کە لە حاڵەتی سۆزداری لەنێوان و ژن و پیاودا دەکرێت لە پەیوەندیی ناسراودا بە خۆشەویستی و سۆزداری و لەگەڵ پەیوەندیی ژن بە ژنێکی تر و پیاو بە پیاوێکی هاوڕەگەزی خۆیەوە..بەڵام لە هەندێ لێکۆڵینەوەی خۆرئاواییدا دەر کەوتووە، کە دەرەنجامەکان جیاواز، بەڵام پێشبینیکراو بوون، لە لێکۆڵینەوەیەکی توێژەر (ویلس Wells 1989)دا دەر کەوتووە، کە لە پەیوەندیی سۆزداریی نێوان ژن و ژنێکی هاوڕەگەزیدا گوتە و دەستەواژەی سۆزمەندانە زیاتر لە پەیوەندی پیاو بە هاوڕەگەزیدا بەکار دەهێنرێت. لە پەیوەندیی

١ [illegible]

سۆزداریی نێوان پیاوانیشدا زیاتر گوزارشتە میللییە سێکسییەکە بەتایبەتی بەکار دەهێنرێت.

کارتی دیاری چەندە گوزارشت لە سۆزی مرۆڤ دەکات؟

کارت داهێنانێکی جوانی دەستی مرۆڤە بۆ دەربڕینی هەست و سۆزی ئەو کەسانەی ناتوانن بە گوتە گوزارشت لە سۆزدارییان بکەن..بازرگانیی کارت[١] دەیسەلمێنێت کارت هۆکارێکی باش و جوانە و مەسەلەی درکاندنی هەست و سۆزەکان ئاسان دەکات، بەلام لێکۆڵینەوەکان سەلماندوویانە کە کارتی خۆشەویستی چەندە هەڵگری پەیامێکی ڕوون و دیاریکراو بێت و ڕەگەزی نێرەرەکەی تێدا دیاری کرابێت ژن بێت یان پیاو، هێندەیش گوزارشت بەهێزتر بەلام شاردنەوەی سۆزی مرۆڤەکە زیاتر دەکات. (Braband and Money 1989).

بۆچی هەندێ لە ئەویندارات زمانیان لە گۆ دەکەوێت؟

قسەکردن، گوتن. گوزارشتکردن پەیوەندە بە کۆنترۆڵی عەقڵ (مێشک)وە، لە هەندێ حاڵەتی دیاریکراودا هەستەکان هێندە گەرموگوڕن و سەر دەکەن و زەنگدانەوەیان دەبێت، کە لە عەقڵ و مێشکی ئەویندارەدا شپرزەییەکی عەقڵی دروست دەکات و بەو هۆیەوە قسەی بۆ ناکرێت و ناتوانێت گوزارشتی لێ بکات.

هەندێک جار لەرزین و لەرینەوەی قوڕگ و ژێ دەنگییەکان وا لە ئەویندار دەکەن لە دەربڕینی هەستەکانی بترسێت و قسەی بۆ نەکرێت. هەندێک جاریش هەستێک لای ئەویندار دروست دەبێت بەوەی بێدەنگی لە قسەکردنەکەی باشترە، یان تەنها تەماشاکردنی خۆشەویستەکەی لە قسەکردن بەباشتر دەزانێت.

---

١ کە جاران بە معایەدە ناسرابوو وئێستا بە هۆی ئامرازە تەکنۆلۆژییەکانەوە نەماوە/ وەرگێڕ.

بەڵام دەشێت بێدەنگبوون بە نیازێکی خراپ بێت، واتە ئەویندار وا خۆی پیشان دەدات، کە لەتاو خۆشەویستییەکەدایە قسەی بۆ نایەت، یان بۆ ئەوەی بەرامبەرەکەی ناچار بکات ئەو بکەوێتە قسەکردن، یاخود بۆ ئەوەی ناچاری بکات لەبریی قسەکردن بە جەستە بە یەکتری بگەن و بەوەیش خواستی تێرکردنە جەستەیییەکەی بۆ بەدی بێت.

ئایا دەبێ شاعیر ئەویندار بێت، تا شیعری خۆشەویستیی بۆ بێت؟

ژیان لەنێو چیرۆکی خۆشەویستیدا یەکێک لەو مەرجانە نییە، کە شاعیر بەبێ ئەو مەرجە نەتوانێت شیعری خۆشەویستی بنووسێت، بەڵام بوونی شاعیر لە حاڵەتی خۆشەویستیدا پێویستە، ئەم حاڵەتی خۆشەویستییەش هەندێ خەسڵەتی دەوێت، کە لە شاعیردا هەن، وەک هەست و سۆز ناسکی و بەو خەسڵەتانەیش شاعیر لەگەڵ حاڵەتەکانی پێکەوەبوون و دابڕاندا دەژی. ڕەنگە بە هۆی ئەندێشەی زۆریشیەوە بتوانێت خۆشەویستێک درو ست بکات و لەگەڵیدا بکەوێتە داستانێکی خۆشەویستیی وەهمییەوە، بۆ ئەوەی لەوێوە هەست و سۆزەکانی قووڵپ بدەن و ببنە هۆکاری قووڵپدانی وشەکان. ڕەنگە ئەمە دۆخی زۆرینەی شاعیران بێت، کە خۆیشیان دەزانن وەهمێکی کاتییە و زوو بەکۆتایی دەگات. زۆر جاریش داستان و چیرۆکەکانی خۆشەویستی نزیک لە شاعیر و ئازاری ئەویندارن کاریگەرییان لەسەر شاعیر دەبێت و ئازار و خەم و ناسۆرەکانی ئەوان دەبنە سەرچاوەی بەهرەکانی.

بۆچی لە گوزارشتکردندا لە خۆشەویستی بڕ یان ڕادە زیاتر بەکاردەهێنرێت وەک، "زۆرم خۆش دەوێیت"، " خۆشەویستی تۆ لەوەی من کەمترە ؟

مرۆڤ هەمیشە پێویستیی بە پێوەرە، چوونکە بە پێوەری تایبەت نەبێت تەنانەت پێگەی خۆی لە گەردووندا نازانێت، پێگەی جەستەیی و کۆمەڵایەتی و دەروونییش.

بۆیە پێوەر بووەتە بەشێک لە ژیانی مرۆڤ و دەگاتە سۆزەکانیشی هەرچەندە پرسی سۆز و سۆزداریی گرانترین پرسە بتوانرێت پێوانە بکرێت، بەڵام بەشێکە لە سروشتی مرۆڤە، بۆیە هەوڵیش دەدات بە پێوانە و بڕ گوزارشت بکات، لە حاڵەتی خۆشەویستیدا پێوانەکردنی سۆز و سۆزداری زیادەڕەوی تێدا دەکرێت، یان نالۆژیکی دەبێت، چوونکە ناتوانرێت گوتەی وەک، " خۆشەویستیی من لە خۆشەویستییەکەی تۆ زیاترە" نە قەبارە و ڕادە و نە برێشی دیاری و پێوانە بکرێت. دەستەواژەی وەک " هێندەی ئەم دنیایە خۆشم دەوێیت"، " ئەو دەریایە دەبینیت چەندە پانوبەرینە، هێندەی ئەو دەریایە خۆشم دەوێیت" هەموو ئەم گوزارشتانە ناچنە ژێر باری پێوانەکردنەوە، بەڵام دەبنە ئاماژە بۆ ڕادە و قووڵیی خۆشەویستی و سۆزداری و خۆشەویست بەختەوەر دەکەن.

ڕاستە پیاو کە دڵی کردەوە گیرفانیشی دەکاتەوە؟

یەکێک لە مۆرک و خەسڵەتەکانی خۆشەویستی بەخشندەیی و خۆنەویستییە،مرۆڤیش کاتێک دەکەوێتە خۆشەویستییەوە بە هۆی لێدان و ترپەکانی دڵیەوە ئیتر هەست و سۆز و گیرفانیشی دەبەخشێت، دەبێتە کەسێک خۆکردانە دەیەوێت خۆشەویستەکەی دڵخۆش و بەختەوەر بکات و خەرجکردنی داراییش یەکێکە لە وێنەکانی گوزارشتکردن لە بەخشندەیی بۆ خۆشەویست.

خۆشەویستی پێچەوانەی ڕژدی و چرووکییە. ڕایەکیش هەیە کە ئێمە بڕوامان پێیەتی و دەڵێت، کەسی ڕژد و چرووک ناتوانێت خۆشەویستی بکات و لە ترسی بەخشینی ماددە بێت یان هەست

و سۆزی خۆی لە خۆشەویستی دوور دەگرێت.

کەسی ڕژد، هاوکات لە سۆزەکانی، لە گوفتار و لە گیرفانیشیدا هەر ڕژدە. لێرەدا تەئکید دەکەینەوە کە ئەوینداران لە بنچینەدا بەخشندەن و ئەو توانەوەیان بەخشندەییە لە خۆشەویستی و ئەشقدا، بێگومان بەخشندەیی ماددییشی لەگەڵدا دەبێت.

بۆچی ئەوینداران تا ماوەیەکی زۆر بەبێدەنگی دادەنیشن و لەیەکتری ڕادەمێنن؟

دیاردەیەک هەیە لەبارەی خۆشەویستییەوە، کە تا ئێستا لێکۆڵینەوەی لێ نەکراوە. ئەویش ئەوەیە کە ئەوینداران ئەگەر زۆر شەیدا بن وێنە گشتییەکەی خۆشەویستەکەیان نایەتەوە یاد، واتە هەر هێندەی لە خۆشەویستەکەیان دوور کەوتنەوە یان جیابوونەوە ئیتر وێنە گشتییەکەی خۆشەویستەکەیان لە خەیاڵیان هەڵدێت، ئەگەرچی کەمێک لە سیمای ڕوخساریشیان لەبیر مابێت.

ئەم دیاردەیە لە دڵی خۆشەویستدا هەستێک پێک دێنێت بەوەی هێشتا لە ڕوانین لە خۆشەویستەکەی تێری نەخواردووە و دەیەوێت پێش ئەوەی خواحافیزی لەیەکتری بکەن پڕ بە دڵ تەماشای بکات، ڕەنگە نەتوانینی بەتەواوی وەرگرتنی وێنەی خۆشەویست بگەڕێتەوە بۆ ئەو هەڵچوونە زۆر قووڵەی بە شێوەیەکی کاتی کاریگەری دەخاتە سەر یادەوەری، یان دەگەڕێتەوە بۆ فێڵێکی دەروونی، کە مێشک دەیکات بۆ زیاتر شەیدابوونی کەسی ئەویندار.

هاوکات فاکتەری سڕکردن هەیە، چوونکە بەردەوام چاوبڕینە یەکتری حاڵەتێکی سڕبوون و خۆشی و تەزوو دروست دەکات، کە وا دەکات هەردوو ئەویندار ئەوپەڕی خۆشی و چێژ تەنها لە پێکەوەبوون و لە جیهاندابڕانەکە ببینن.

بۆچی ڕەنگی سوور پەیوەست کراوە بە خۆشەویستییەوە؟

پەیوەستکردنی ڕەنگی سوور بە خۆشەویستییەوە یەکێکە لەو هەڵە باوانەی دەرهەق بە ڕەنگ کراون.

سەرەتا دەڵێین، مرۆڤ لە سەرەتای ژیانیەوە بۆ گوزارشتکردن لە هەست و هەڵچوون و بیروڕاکانی مامەڵەی لەتەک ڕەنگدا کردووە. لێکۆڵینەوە لە مێژووی ڕەنگ و هاوشێوە دەروونی و ژیارییەکان یەکێکە لە لێکۆڵینەوە جوان و لە بەردڵەکان.

ناسینی ڕەنگەکان وا دەکات وێڕای ڕەهەندە سۆزدارییەکەی، لە ڕەهەندە ژیارییەکەیشی تێبگەین، بۆ نموونە دەبینین ژیاری ئیسلامی دوو ڕەنگی هەیە، کە بریتین لە زێڕی و فەیرووزی یان ترکواز. زانستی جوانیی ڕەنگەکان، لە بایەخدانی زانایان تێپەڕیوە و بووەتە بابەتێک بازرگانانیش جێی بایەخیانە. هزری ئابووریی نوێ بە دەرفەتی زانیوە سایکۆلۆژیای ڕەنگەکان بخاتە خزمەتی بازرگانییەوە. بۆ نموونە لێکۆڵینەوەکان تێبینییان کردوە، کە ڕەنگی پرتەقاڵی لەگەڵ ڕەنگی سەوز و زەردا بەشی تایبەت بەبرسێتی لە مێشکدا دەهەژێنێت و ئەوکات مرۆڤ هەستی برسێتیی زیاتر دەبێت و زیاتریش دەخوات، بۆیە دەبینین ئەو سێ ڕەنگە لە شوێنی خواردەمەنی (چێشتخانە، خواردنگە) کاندا زیاتر بەکار دەهێنرێت، تا بە هۆی ئەو ڕەنگانەوە داوای زۆرترین

خـواردن بکرێـت. دەگەڕێینـەوە بـۆ ڕەنگـی سـوور و دەڵێـین، لـە زانسـتی ڕەنگەکانـدا ڕەنگـی سـوور لـە بازنـەی ڕەنگـی شـۆڕشـدا پۆلێن کراوە نـەک ڕەنگـی خۆشەویستی، چوونکە سـوور ڕەنگـی خوێنـە، هەرچـی خۆشـەویستییشــە ڕەنگێکـی دیاریکـراوی نییـە، بەڵکـوو ڕەنگـی خۆشـەویسـتی بەپێـی خۆشـەویسـتییەکە خۆیەتـی، خۆشەویسـتیی پـاک و بێگـەرد و ڕۆحـی و ئیلاهـی ڕەنگـی سـپیی بێگـەردە، خۆشـەویسـتیی ڕۆمانسـیی پەمەییـیـە، چوونکـە ڕەنگـی خەیـاڵ و خەونـە جـوان و پاکەکانـە[1] ئەگـەر خۆشـەویسـتییەکە بـۆ حـەز و ئـارەزوو بێـت ڕەنگـی سـەوزی بـۆ دانـراوە، چوونکـە ڕەنگـی سـەوز بـۆ بەپیتییە. ئەگـەر خۆشـەویسـتییەکەیش عەقڵانـی و بەرمەبنـای عەقڵ و کۆڵینـەوە لـە عەقڵ و کەسـێتیی خۆشـەویسـت بێت، ڕەنگەکـەی شـینی نیلییە. چوونکـە شـین ڕەنگـی بیرکردنـەوەی قووڵـە. پێـم وایـە پەیوەندکردنـی ڕەنگـی سـوور بـە خۆشـەویسـتییەوە لەبەرئەوەیـە سـوور ڕەنگێکـی دیـار و تـۆخ و گـەرمـە و هـاوکات هەسـت و سـۆزی خۆشـەویسـتییش لـە هەمـوو هەسـتەکانی تـری مـرۆڤ و قـووڵ و دیـار و گـەرمتـرە بۆیـە ئـەو ڕەنگـەی بـۆ هەڵبژێردراوە. هەروەهـا دەزانیـن کـە ئەویندارانیـش کاتێـک هەسـت دەکـەن گەیشـتنیان بـە خۆشـەویسـتەکەیان زەحمەتـە.. هەمـان هەسـتی شـۆڕشـگێڕان دایـان دەگرێـت، ڕەنگـی سـوور ڕەنگدانـەوەی بیروڕایەکـی کۆنـە بـەوەی خۆشـەویسـتی پەیوەندیـی بـە دڵ و پاڵنانی خوێنەوە هەیە..هـەروەک ڕەنگـی سـوور (سـوورهەڵگەڕانی ڕوخسـار) نیشـانەی شـەرمکردن و خۆشگوزەرانییشـە کاتێـک خۆشەویسـتان بەیەکتری دەگـەن، بـەڵام ڕەنگـی سـوور ڕاسـتییەکی تـری پەیوەسـتی هەیـە بـە حـەز و ئـارەزووەوە، چوونکـە شـیکارە فسـیۆلۆژییەکان تەئکیـد دەکەنـەوە لـە حاڵەتـی گەرمبوونـی حـەز و ئـارەزوودا خوێـن دەزێتـە دەموچـاو، گوێچکـەکان، لێـوەکان،

---

١ شاعیران دەڵێن خەونە پەمەییەکان/وەرگێڕ.

تەنانـەت لەگـەڵ بوونـدا لەگـەڵ خۆشەویـستدا ئەندامـی زاوزێیـش زیاتـر سـوور هەڵدەگەڕێت.

ئایـا لەنێـوان کەسـێتیی نووسـەر و دەرهێنــەر و چیـرۆک و فیلمـی خۆشەویـستیدا پەیوەندییـەک هەیـە؟

وەڵامەکـە بەڵـێ و نەخێریشـە، بەتایبەتـی لەبـارەی دەرهێنانـی فیلمـەوە، واتـە دەرهێنـەر چیرۆکێکـی ئامـادەی هەیـە، ڕەنگـە ستایلی دەرهێنـان ڕەنگدانـەوەی شـتێک لـە کەسـێتیی سـۆزداریی دەرهێنـەر بێت یـان ڕەنگدانـەوەی بەهرە تەکنیکییەکانی بێت وەک دەرهێنەرێـک، بـەڵام بەلایەنـی نووسـەری چیرۆکـەوە ئـەم پرسـە وردتـرە، چوونکـە نووسـەر کـە کارەکتـەر و ڕووداو و وردەکاری و هەڵچوونـەکان دروست دەکات، دەبێ هەمـوو ئەوانـە پەیوەست بـن بـە شـتێکی تایبـەت بـە ژیانیـەوە.

ناتوانیـن ئـەوە بزانیـن ئاخـۆ هونـەر و دەرهێنانـی دەرهێنـەری هونەرمەنـدی ڕەسـەن ڕەنگدانەوەیـە یـان لـکاوە بـە کەسـێتی سـۆزداریی کـۆن یـان ئێستایەوە. پێدەچێت گـەورە دەرهێنەرێکـی وەک ئەلفرێد هیچکۆک، لـە هەڵبژاردنیدا بۆ ئـەو فیلمـەی دەیەوێت دەرهێنانـی بـۆ بـکات و لـە سـتایلی دەرهێنانیشـدا ڕەنگدانـەوەی سروشـتی دەروونـی و سـۆزداریی لەسـەر بێت، لـە ڕاستییشـدا دەروونشـیکاران بایەخـی زیاتریـان بـەم پرسـە داوە، ئەوانـەی چێـژ لـە شـیکار سـتایلی دەرهێنـان و نموونـەی گرێـی چیرۆکـی نووسـەرەکە دەبینـن و لـە ئیشـی هونەرمەندەکـەوە سـۆراخی ڕەهەنـدی دەروونـی دەکـەن، بەتایبەتـی دوای خۆشەویسـتی و سێکس.. "کێرنبێرگ" یەکێکە لەو توێژەرانـەی بڕوای وایـە لایەنێکی تایبـەت هەیـە بـە ئەزموونـی منداڵـی و جـۆری خۆشەویسـتی لـە ئیشـی هونەرمەندا، کە دەکرێت بـە شیکاری دەروونی دەربخرێت(Kernberg 1994).

بۆچی خۆشەویستیی هونەرمەندان بە شکست دەگات؟

ڕادەیەک زیادەڕەوی و وردبوونەوە لە ژیانی هونەرمەندان هەیە. ڕەنگە زۆرێک لە توێژەکانی کۆمەڵگە لە خۆشەویستی و هاوسەرگیریدا شکست بێنن، دەشێت لە پشت شکستی هونەرمەندانەوە لە خۆشەویستیدا چەند هۆکارێک هەبێت،

- ژیانی نا ئرام و نا سەقامگیر، کە وا دەکات پابەندبوون بە ئەرک و مافەکانی خۆشەویستییەوە قورس بێت.

- ژنانێک بە پیاوەکە و پیاوانێکیش بە ژنەکە سەرسام بن و ببنە هۆکاری دروستبوونی غیرە و کێشەکانی لەنێوانیاندا.

- هەندێک جار خراپیی باری ئابووری.

- نەبوونی کاتی پێویست بۆ ژیانی تایبەت و بایەخدان بە خۆشەویست، کە وا دەکات بەرامبەر وا هەست بکات پشتگوێ خراوە.

- ئەگەری کەوتنە نێو خۆشەویستییەکی ترەوە بە هۆی بوونی کەسانێکەوە لە هاوەڵان و دۆستان، کە سەرسامی کەسەکە دەبن. ژیان لەنێو وەهمی خۆشەویستییەکی ڕۆمانسیدا بە هۆی ژیان لە خەونی چیرۆکەکاندا.

ئایا دەکرێت هونەر بە بەرپرسیار لە وەهمی خۆشەویستی لای خەڵکی دابنرێت؟

هونەر بە هەموو کایە جۆراوجۆرەکانیەوە، بەتایبەتی سینەما، دەشێت بەرپرسیاری هەبێت لە پرۆگرامکردنی عەقڵدا بە خۆشەویستی، بەتایبەتی هەرزەکار و گەنجان، چوونکە باری دەروونییان زوو کاریگەر و بارگاوی دەبێت بە ئامادەبوون بۆ خۆشەویستی و فیلمە سینەماییەکانیش زەمینەسازی بۆ ئەو

دەرفەتە دەکەن، بەڵام مەترسیی هونەر و تاوانباریی لەوەدایە، کە وێنەیەکی وەهمی وروروژێنەر لەبارەی خۆشەویستییەوە دەدات و ئەوەیش وا لە هەرزەکار و گەنج و هەندێک جاریش پێگەیشتوو دەکات هەمان وێنەیان بوێت و لاسایی بکەنەوە و لە سۆراخیدا بن، بەو هۆیەشەوە لەگەڵ واقیعی ژیانی سۆزداریی ژینگەکەیاندا بەریەک بکەون و بکەونە ئەو ئازار و مەینەتییەی خۆشەویستییەوە، کە لە هونەرەکەدا بینیویانە، وێڕای خۆشەویستییە واقیعییەکە.

بۆچی ئەویندارا‌ن گەمەی ئاڵۆزبوون لەگەڵ یەکتری دەکەن؟

خۆشەویستی لە هەموو ئەزموونە سۆزدارییەکانی تری ژیانی مرۆڤ و وروووژێنەرترە، چوونکە حاڵەتێکی سەرچڵی و جووڵاندن و شێواندنی زۆرێک لە پرسە ناوەکییەکانیەتی، واتە حاڵەتێکە لە ناخی هەردوو ئەویندار(عاشق و مەعشووق)دا بڕێکی وروووژاندن و پرسیار دێننە ئارا و حاڵەتێکە قبوڵکردن و ڕەتکردنەوەی تێدایە، وێڕای هەوڵی ڕوونی بە شێوەیەکی جوان و هەوڵی ناڕوونی و ئاڵۆزی بە مەبەستی وروووژاندنی خۆشەویست و هاوکات چیرۆکی خۆشەویستییەکەیە، کە بنچینەی هەر گەمەیەک لە گەمەکانی ناڕوونی و ئاڵۆزکارییە. بە تێبینیکردنێکی زانستییانە توێژەرساڤاتکی Savatsky) (1993 پێی وایە گرنگترین ئەو ڕەگەزانەی ئەویندارا‌ن تیایدا گەمەی ناڕوونی و ئاڵۆزکاری دەکەن، هەستی خۆیان، خانەوادەیان، جەستەیان، ڕابردوویان، ڕەمەکەکانیان، ترسیان، شەرمکردنیانە.

ڕاستە بوونی دوو کەس لە کارێکدا بەزۆر حاڵەتی خۆشەویستییان لەنێواندا دروست دەکات؟

بەڵی بوونی دوو کەسی ڕەگەز جیاواز (نێر و مێ) لە یەک

شوێنی کاردا لەنێوان ژن و پیاودا بڕێک لە هۆگری و ئولفەت و خۆشویستن دروست دەکات، یان لایکەمی بڕێک لەیەکتری ڕاهاتن دێنێتە ئارا، لەیەک ڕاهاتنیش لە خۆیدا بە حاڵەتێکی پەیوەندیی سۆزداری دادەنرێت، ژن و پیاو لە ئیشوکاردا بە جۆرێک لە پاکی و بێگەردی و لە واقیعێکی کرداریدا ڕۆژانە بەیەک دەگەن، واتە بە پۆشاکی خاوێنەوە یەکتری دەبینن، هەریەکەیشیان دەیەوێت بە نموونەبوونی خۆی بۆ ئەوی تریان بسەلمێنێت، لێرەدا خواست و کار و ماوەیەکی زەمەنییش هەیە، واتە پێکەوە ماوەیەکی ڕەوای یاسایی لەکاردا بەسەر دەبەن، هەموو ئەمانە زەمینەسازن بۆ بوونی جۆرێک، یان ڕادەیەک لە سۆزداری.. زۆرێک لە ژن و پیاوان بەو هۆیەوە پەرۆشن بۆ چوون بۆ شوێنی کارەکەیان، ڕەنگە ئەو سۆزدارییەی ژن یان پیاوەکە هەستی پێ دەکەن، ڕەوا یان دیاریکراو نەبێت و دەشێت هیچیان نیازی چوونە نێو سەرچڵییەکی سۆزداریی ئاشکرایان نەبێت، بەڵام هەستەکە بوونی هەیە و دەبێتە دنەدان و هەستکردن بە خۆشحاڵی و بەختەوەری، لایکەمی بەلایەنی ختووکە و تەزووی هەستی نێرینەیی و مێینەیی، کە هەردوو لا هەستی پێ دەکەن.

بەڵام خۆدانە دەست ئەو ختووکە و تەزووە ڕەنگە سۆزدارییەکی ڕاستەقینە دروست بکات. گرفتەکەیش لەوەدایە کە ئەو سۆزە پێگەیشتوو نەبێت و ببێتە زەمینەساز بۆ پەیوەندییەکی نوێ، یان دەبێ ئەو سۆزدارییە ڕوو نەدات بەتایبەتی بۆ ئەوانەی هاوسەردارن.

بەڵام هەندێ لەوانەی بیرکردنەوەیەکی ئابوورییان هەیە، وەک سپرووڵ (Spruell 1985) پێیان وایە بوونی سۆزداری لەنێوان هاوڕێیانی کاردا شتێکی ئاساییە، چوونکە خۆشەویستی وایان لێ دەکات باشتر ئیشبکەن و بەرهەمیشیان زۆرتر بێت.

ڕاستە خوێندنەوە هاوشێوەی هەستکردنی ڕۆمانسیانەیە؟

لە یەکێک لە گۆشەنیگا ڕۆمانسییەکانەوە تێبینیی ئەو هەستانەی مرۆڤ کراوە، کە هاوشێوەییەکی زۆریان لەگەڵ هەستی خۆشەویستیدا هەیە، بەلام لە بە ئەزموونکردنێکی ترەوە، یەکێک لەو لێکۆڵینەوە شیکارییانە لە کۆنگرەی خوێندنەوەی جیهانیدا پێشکەش کرا گرۆمنت (Grumont (1992ی خاوەنی لێکۆڵینەوەکە دەڵێت خوێندنەوە شێوازێکە بۆ پەیوەندیی ڕۆمانسی، چوونکە خوێنەر هەموو هەستەکانی بەگەڕ دەخات بۆ بەدواداچوونی هەست و هیوا و نکوولی کردنەکانی نووسەر و بەوەیش وەک شێوەیەک لە خۆشەویستی لە نووسەرەوە زۆر نزیک دەبێت. ئەم توێژەرە پێی وایە تەنانەت لە حاڵەتی خوێندنەوەی هاوبەشدا، وەک ئەوەی چیرۆک بۆ منداڵێک بخوێنرێتەوە، بە هۆی ئەو خوێندنەوەیەوە، خوێنەر و بیسەریش دەکەونە بارێکی سۆزداریی هاوبەشەوە.

ئایا قوربانیدانی بەردەوام لە خۆشەویستیدا ڕاستە یان هەڵەیە؟

خۆشەویستی کاتێک سکونەت بە دڵ دەدات هەر بە سروشت و بەبێ بیرکردنەوە خاوەنەکەی دەخاتە بەخشندەیی و قوربانیدانەوە، بەلام زۆرێک لە ئەویندارا‌ن زیادەڕۆیی دەکەن و یەک لایەنە قوربانیی زۆر دەدەن.

ماوەیەک دوای ئەو قوربانیدان و بەخشندەیی و خۆنەویستییە یەک لایەنەیە، مرۆڤ هەست بە شەکەتبوون و توورەیی دەکات و قوربانیدانەکە لەو کاتانەدا نەک بۆ کەسی ئەویندار، بەڵکوو بۆ دەوروبەریشی خراپ دەکەوێتەوە، چوونکە لە سروشتی هەموو کەسێکدا خواست و پێویستی هەیە و دابینەکردنیان

کەسەکە ماندوو دەکەن. بۆیە باشترین هاوکێشە لە پەیوەندیی خۆشەویستیدا، بەخشندەیی و وەرگرتن و خۆبیرنەچوونە تەنانەت لە لووتکەی بەخشین و قوربانیدانەکەدا.

ئایا جیاوازییە جۆراوجۆرەکان خۆشەویستی دەکوژێت؟

گۆشەنیگایەکی ڕۆمانسی لەو بڕوایەدا، کە خۆشەویستی بڕوای بە هیچ جۆرە جیاوازییەک نییە، بگرە تەنها خۆشەویستییە دەتوانێت هەموو جیاوازییە چینایەتی و فیکریەکانیش بتوێنێتەوە.

گۆشەنیگایەکی تریش لەو بڕوایەدایە، خۆشەویستی بە هۆی بوونی جیاوازییەوە شکست دەهێنێت و سووربوون و سەرکەوتنی خۆشەویستی لە کاتی بوونی جیاوازیدا لەنێوان هەردوو خۆشەویستدا، تەنها پرسێکی کاتی دەبێت، هەرکات جیاوازییە کۆمەڵایەتی، ڕۆشنبیری، ئایینی و مەزهەبییەکان دەر کەوتن دەکەونە ناکۆکییەوە و ئەوەیش دەبێتە هۆکاری کوشتنی خۆشەویستییەکە هۆک (Hauck 1993) یەکێک لەوانەی بڕوایان بەم گۆشەنیگایە هەیە و لەمیانەی ژیان و مامەڵەکردن لەگەڵ کێشە و گرفتی ئەویندارن و هاوسەراندا، تێبینیی کردووە کە جیاوازییەکان هۆکارێکی زۆر گەورەی ناکۆکی و جیابوونەوەکان بوون.

بۆچی ئەویندارن ئارەزووی خواردنیان نامێنێت ؟

خۆشەویستی ئەندامە چالاک و کاراکانی جەستە تووشی تێکچوونێکی گشتی دەهێنێت و دووچاری ماکەکانی سایکۆسۆماتییان دەکات (واتە دەروونی و جەستەیی) و یەکێک لە ئەندامە کارا و چالاکەکانیش کۆئەندامی هەرسە. هەندێک جار ئەویندار هەست بە برسێتییەکی زۆر یان تێری دەکات گەرچی

هیچیشی نەخواردووە، بەزۆری ئەمەی دواییان ڕوو دەدات، چوونکە ئەگەر خۆشەویستییەکە ئەویندار تێر و بەختەوەر بکات ئیتر هەست دەکات پێویستیی بە خۆشی و تام و چێژەکانی تر نییە لەوانەیش خواردن. خۆ ئەگەر خۆشەویستییەکە بۆ ئەویندار ببێتە مایەی ئازار و بەختەوەرییش ئەوکات ئەویندار هەست دەکات بۆ هیچ خۆشییەکی تری ژیان ئامادەیی نییە، دواجار ئەویندار یان ئازار و مەینەتییەکانی ئەشقەکەی دەخواتەوە، بەو هۆیەشەوە ئارەزووی خواردنی نامێنێت و بە هۆی کەم خۆرییەوە لاواز دەبێت، یان خۆشی و چێژ لەوە دەبینێت کە خۆشەویستەکەی، یان دەوروبەری لەو ئازار و مەینەتیکێشانەی ئاگادارن و بە هەمان شێوە لە بێخواردنیدا لاواز دەبێت.

ئایا خۆشەویستی یەکسانە بە خاوەنداریێتی؟

ڕەنگە خۆشەویستی یەکسان بێت بە حەزی هێشتنەوە و پارێزگاریکردن لە مانەوەی خۆشەویست و سۆزدارییەکەی، بەلام ناگات بە پلەیەک ئیتر بە موڵکی خۆیی بزانێت، دەشێت هەلومەرج و ڕێگریی ناچاری هەبن، کە پاراستن و هێشتنەوە، یان گەیشتن بە خۆشەویست قورس بکات، هەر وەک دەشێت سۆزداریی خۆشەویست نەمێنێت یان مەیل بدات بە کەسێکی تر. باری دروست و ئاسایی ئەوەیە کە سەرباری ئازارەکان، دەبێ ئەویندار لەپێناوی خودی خۆی و بەختەوەرییدا ڕۆحی وازهێنانی لە خۆشەویستەکەی تێدا بێت، بەلام حاڵەتی بە موڵکی خۆدانان و زاڵبوون و دەسەلاتداری و وازنەهێنان لە خۆشەویست لەبەر خودی خۆیان و بەختەوەرییان، کە هەندێ ئەویندارانی هەیانە. دەگەڕێتەوە بۆ بارودۆخی دەروونیی ناچاری کە پەیوەندیی بە قۆناغی منالیی ئەویندار و پەیوەندیی نائاسایی بە دایک و باوکییەوە، یان بە بێبەریبوونەوە لێیان هەیە. ئەم جۆرانە لە

ئەوینداران ڕەنگە بێدەربەستبن لەوەی خۆشەویستەکەیان بگەیێننە ڕادەی ئازاردان و مەینەتی تەنها لەبەر ئەوەی دڵ بە کەسێکی تر نەدەن، ڕەنگە لە هەندێ باریشدا کارەکە بگاتە کوشتنی خۆشەویست و لەناوبردنی.

ئایا خۆشەویستان ڕێز و نەوازش لەیەکتری دەگرن؟

حاڵەتی خۆشەویستیی لووتکە و هاوکووف حاڵەتی ئاوێتەبوونی تەواوە لەنێوان هەردوو لادا. لەوحاڵەتی ئاوێتەبوونەدا هیچکام لەو دوو خۆشەویستە تایبەتمەندیی تاکە کەسیی جیا لە یەکترییان نامێنێت، ڕێز و نەوازش یەکێکە لەو تایبەتمەندییانە. حاڵەتی بوونی خۆشەویستیی تەواو و کامڵ دەرفەت بەوە نادات حیساب بۆ ڕێز و نەوازش بکرێت، چوونکە سەنگەرگرتن لە مەتەرێزی کەرامەت و ڕێز و نەوازشدا و دەستپێشخەرینەکردن بۆ چارەسەری گرفتەکان، یان خراپ تێگەیشتنێکی کاتی لە پەیوەندی خۆشەویستیدا، بەڵگەیە بۆ بوونی کێماسییەک لە پەیوەندییەکەدا، چوونکە لە خۆشەویستیی ڕاستەقینەدا، وەک حاڵەتێکی باو شەڕی ڕێزگرتن و کەرامەت و سازشکردن و نەکردن و سازان و نەسازان نییە.

ململانێی واقیعی و خەیاڵی لە خۆشەویستیدا کامەیە؟

ململانێی واقیعی ئەوەیە ئەوینداران بەرەنگاری هەموو ئەو بەربەستانە ببنەوە کە ڕێگرن لە مانەوەیان پێکەوە و بەردەوامیی پەیوەندییەکەیان، ململانێیی واقیعیی وەک، جیاوازییە داراییەکان و هەوڵی لایەنی کەمدەرامەت بۆ خۆگەیاندن بە لایەنی خاوەندارایی، یان ململانێی ڕۆشنبیری، واتە لایەنی کەمتر ڕۆشنبیر بکەوێتە ململانێ و خۆگەیاندن بە لایەنی یەکەمی ڕۆشنبیر. یان سەپاندنی

مەرج لەلایەنی بەهێزەوە لە پەیوەندیەکەدا و لایەنی دووەمیش بیەوێت مەرجەکان بەدی بێنێت، تا لەگەڵیدا بمێنێتەوە.

ململانێی خەیاڵییش ئەوەیە ئەویندارا بەرەنگاری لەمپەر و ئاستەنگەکان ببنەوە، بەلاّم بەبێ لۆژیکی بەرکەوتنیان، یان با بڵێین نەشکاندنیان، وەک ئەویندار بوونی ژنێکی هاوسەردار بە پیاوێکی تر.

ئایا دوای هەوڵ و تێکۆشان خۆشەویستی ڕوو دەدات؟

دوای کاروانەڕێیەک لە ململانێ و هەوڵ و سەرکەوتنی ئەویندارا بەسەر هەلومەرج و ڕێگرەکانی پێکەوەبوونیان، لە زۆر باردا حاڵەتێکی ساردبوونەوەی سۆزەکان ڕوو دەدات، واتە حاڵەتێکی هاوشێوەی پاشەکشێ لای یەکێکیان یان هەردووکیان، ئەمەیش وا دەکات لایەنی ساردەوەبوو لە قوربانیدانەکانی پەشیمان بێتەوە و پێی وا بێت ئەو خۆشەویستییەی شەڕی لەسەر کردووە شایەنی ئەو هەوڵ و تێکۆشانەی نەبووە و لەپێناوی هەستێکی وەهمیدا شەڕی کردووە.

خۆشەویستیی ڕاستەقینە دوای سەرکەوتن نامرێت، بەڵکوو دیاردەکانی پەرۆشی و شەیدایی کەمتر دەبێتەوە. ئەوەیش دەگەڕێتەوە بۆ ئەوەی ژوانی گەرموگوڕیان تەنها لەبەر ئەوە گەرموگوڕ بووە، کە قەدەغەکراو بووە. ڕێگر و ئاستەنگەکانیش هەستەکانی لای هەردوو لا لە هەقیقەتی خۆیان گەورەتر کردۆتەوە، کاتێکیش دێنەوە واقیعەکە هەستەکان دەگەڕێنەوە ئاست و قەبارەی سروشتییان، کە ئەویندارا ئەو گەڕانەوەیە بۆ سروشتی خۆیان بە ساردبوونەوە دادەنێن، هەندێکیش هەست دەکەن پەیوەندییەکە شەکەتی کردوون و دەبێ خۆشەویستەکەیان بە بڕێکی زیاتر لە ئەشق و ملکەچی و فەرمانبەرداری قەرەبوویان بکاتەوە، هەموو ئەو داوا و پێشبینییانەن ئەشق سارد دەکەنەوە

دوای سەرکەوتنی.

ڕاستە نزیکترین ڕێگە بۆ دڵی پیاو گەدەیەتی؟

ئەم گوتەیە سووککردنی خۆشەویستی و سووککردنی پیاویشە. شارەزایی لە چێشتلێنان و چێشتی خۆش ڕەنگە ببێتە هۆکارێکی زیاتری بەدڵبوون. ئەویندار ئاکارەکانی خۆشەویستەکەی بە جوان دەبینێت، لەوانەیش هونەری چێشتلێنان، ئەمە وێڕای ئەوەی لە عەقڵی پیاودا هەندێ بیروبۆچوونی بۆماوە هەن لەبارەی مێینەوە، کە یەکێک لەوانە مەسەلەی چێشتلێنانە[1] پیاو لە سەردەمی ئەشکەوتەوە ڕێزی لە ژن گرتووە لەبەر چێشتلێنان و ژنیش ڕێزی لە پیاو گرتووە لەپای ڕاوکردنیدا و ئەو ڕێزەیش بۆ ئەوە بووە هەریەکە و بە ڕۆڵی خۆی هەڵساوە. پیاو هەروەها ڕاهاتووە خواردن بە خۆشەویستییەوە پەیوەند بکات، واتە لە خواردنی دەستی دایکیەوە، تا دەگاتە خواردنی دەستی هاوسەرەکەی.

بەڵام تەنها خواردن ناتوانێت پیاو بکاتە ئەویندار، یان ملکەچی ژن. گوتەی "پیاویش مرۆڤە"، "تێری کە لە خواردن و دایدۆشە" سووکایەتیکردنە بە پیاو، کە ڕەنگە ژنێک ڕەت بکاتەوە گەرچی باشترین چێشتلێنەریش بێت، لەبەر ئەوەی لە سۆزدارییدا تێری نەکردووە.

ئایا ژن کورسی و پێگەی پیاوی خۆش دەوێت و وا بزانێت خۆیی خۆش دەوێت؟

ژن تا ئەم ساتەیش ئەوینداری هێزە، هێزی ئەو پیاوەی پارێزگاریی لێ دەکات، کورسی و پێگەی کۆمەڵایەتی دوو پایە،

---

١ کە لە کوردەواریدا بە کەیبانووی چاک ناوبراوە/وەرگێر.

یـان دوو هێمـای بەهێزیـی پیـاون، ژنیـش بـە نەسـتەکی بێـت یـان بـە هۆشـیارییەکی پلانبۆدانـراو دەشـێت بکەوێتـە خۆشەویسـتیی پیاوێکـی لـەو جـۆرەوە، یـان بـۆ هەسـتکردن بـەوەی گەیشـتووە بـە هێـزی پارێـزگاری و دڵنیایـی پیاوێکـی پێگـەدار، یـان بـە پلـەی یەکـەم بۆ سـوودوەرگرتن لـە کورسـییەکەی، وەک نوانـدن بکەوێتـە خۆشـەویسـتییەوە.

ئایا خۆشەویستی بەهێزە یان ململانێ و ڕکابەری؟

خۆشەویسـتیی ڕاسـتەقینە لـە هەمـوو ململانـێ دەرەکییـەکان بەهێزتـرە، هەندێـک جـار ململانـێ و ڕکابەرییـەکان مـاددی، یـان دەرەنجامـی دابونەریتـی کۆنـن و دێنـە بەرانبـەر خۆشەویسـتی. خۆشەویسـتییش هەسـتێکی مرۆیـی پـاک و بێگـەردە و وا دەکات مرۆڤـی سـادەیش ئیـرادەی بـۆ دروسـت بێـت و بڵێـت، ئـەم خۆشەویسـتیە دەکـەم و بەرەنـگاری هەمـوو ئاسـتەنگێکیش دەبمـەوە، بەڵـی خۆشـەویسـتی توانـا و هێـزی لوولکردنـی ئاسنیشـی هەیـە و لـە ڕووی هەمـوو شـتێکدا دەوەسـتێتەوە.

بۆچی دڵ بە "دڵ" ناو براوە؟

دڵ بەگشـتی بـە سـۆزەکانەوە و بەتایبەتیـش بـە سـۆزی خۆشەویسـتییەوە پەیوەنـد کـراوە، لەبـەر ئـەوەی سـۆزەکانیش نەچەسـپاون و دەگـۆڕێـن ئـەو بەشـەی ترپـەی هەیـە و لێـدەدات ناوبـراوە "دڵ". دواتـر دڵ کـە تـا ڕادەیـەک لـە سـێ گۆشـە. سـێ گۆشـەیەکی سـەرەوبن دەچێـت، هـاوکات قاڵبیشـە.

ئایـا یەکەمیـن خۆشەویسـتی بـە بەهێزتریـن خۆشەویسـتی دادەنرێـت؟

بڕوایەک هەیە بەوەی یەکەمین خۆشەویستی بەهێزترین خۆشەویستییە و دوای ئەوە هیچ خۆشەویستییەک ناگات بە خۆشەویستی یەکەم، چوونکە یەکەم ئەزموونە، یەکەم ئەزموونیش لە هەموو شتێکدا کاریگەرییەکی قووڵی هەیە. ئەویش سروشتییە کە یەکەمین خۆشەویستی مۆرکێک جێ دەهێڵێت لەبارەی خودی خۆشەویستیدا بێت یان هەر ئەزموونێکی تر، مرۆڤیش لە مۆری یەکەمین ئەزموونەدا هەست بە چێژ و خۆشی و بەختەوەری دەکات. ئەگەر بشیەوێت زیاتر لێی ورد بێتەوە و لەسەری بەردەوام بێت دەبێتە دیلی، بەڵام بەسەرهاتی "لەکوێدا حەزت جوولا دڵتی بدەرێ و گوێ مەدەرێ، چوونکە خۆشەویستی تەنها خۆشەویستیی یەکەمە" ئەمە گوتەیەکی ڕاست نییە، چوونکە زۆر جار مرۆڤ دوای یەکەم خۆشەویستی دەکەوێتە خۆشەویستییەکەوە لە خۆشەویستیی یەکەم زۆر بەهێزتر و تەنانەت وا دەکات مرۆڤ خۆشەویستییەکەی یەکەمی لەبیر بچێتەوە، ئەوکات ئەم دێڕە شیعرەی شاعیر ڕاست دەر دەچێت،

بۆ خۆشەویستییەکی نوێ دڵی کردەوە
خۆشەویستیی یەکەمی لەبیر بردەوە.

ڕێزلەیەکگرتن لە خۆشەویستیدا چ کاریگەرییەکی دەبێت؟

ڕێز لە هەموو پەیوەندییەکانی نێوان مرۆڤایەتیدا بە خەسڵەتێکی جوان دادەنرێت و پەیوەندییەکە بەهێز و چەسپاو دەکات. لە حاڵەتی خۆشەویستییشدا، ڕێزگرتن لەیەکتری، کە شێوەیەکی بریتییە لەوەی ماف بدەیت بە بەرامبەرەکەت ڕاوبۆچوونی خۆی دەر بڕێت، بێگومان دەبێتە کۆڵەکەی خۆشەویستییەکە و بەهێزی دەکات، خۆشەویستی بەبێ ڕێز و نەوازش هەرچەندە خۆشەویستییەکی قووڵیش بێت، بەڵام لاواز و شێواوە.

پەتای خۆشەویستی چییە؟

گواستنەوەی هەستی خۆشەویستییە بە کاریگەربوون، واتە کەسێک دەکەوێتە خۆشەویستییەوە، کاریگەرگەریی لەسەر دەوروبەریشی دەبێت و ئەوانیش وا هەست دەکەن کە پێویستییان بە خۆشەویستییە، یان بەزوویی ئەوانیش دەکەونە خۆشەویستی. تێبینی کراوە ئەم حاڵەتە لەنێو توێژی لاواندا زیاتر ڕوو دەدات، بەتایبەتی هەرزەکاران، چوونکە هەرزەکار لە دەرەنجامی پێگەیشتنی خۆی و گلاندە زایەندییەکانیدا، ئامادەیە بۆ بیستن و وەڵامدانەوەی هەر فەرمانێکی سۆزداری، کاتێکیش کەسێک دەکەوێتە خۆشەویستییەوە و هەستەکانی بۆ هاوڕێکانی دەگێڕێتەوە، ئیدی خۆکردانە ئەوانەی دەوروبەری دەیانەوێت هەرچی زووترە بکەونە خۆشەویستیی نزیکترین کەسەوە، یان دەکەونە وەهمی خۆشەویستییەوە، یان خۆیان چیرۆکی خۆشەویستی دادەهێنن و خۆیان بە ئەویندارێک دادەنێن، کە ئازار و مەینەتییەکانی ئەشقەکەیان بۆ دەوروبەریان بگێڕنەوە.

جیاوازی چییە لەنێوان خۆشەویستی و هاوڕێیەتیدا؟

تەنها جیاوازی حەز و ئارەزووە سێکسییەکانە. لەنێوان خۆشەویستی و هاوڕێیەتیدا، خۆشویستن و دڵنەوایی و سۆزیش هەیە، بەڵام ڕایەکی میللی گشتی هەیە، کە دەڵێت لەنێوان ژن و پیاودا شتێک نییە ناوی هاوڕێیەتیی لێ بنرێت، چوونکە بێگومان خۆکردانە دەگات بە قۆناغی حەز و خواستیی ڕەمەکی، ئەم ڕایەش جێی قسەلەسەرکردنە، بەتایبەتی کە سەدەی هاوچەرخ فاکتەری (نێرینەیی و مێینەیی و ڕەگەز)ی سڕیوەتەوە و پێکەوەتەبابوونی هزری و خۆشەویستییەکی هێناوەتە ئارا، کە

دەتوانێت وا بکات مرۆڤ لە پێستی ڕەگەزێتیی بێتە دەرەوە.

ئایا دەکرێت خۆشەویستی بە پارە بکڕدرێت؟

دەکرێت خۆشەویستییە ڕواڵەتییەکان بە پارە بکڕدرێت، نەک خۆشەویستی ڕاستەقینە. خۆشەویستیی بەپارەکڕدراو جۆرێکە لە سازش تیایدا لایەنێک، کە کەموکورتیی هەیە دەیەوێت بە پارەی لایەنەکەی تر کەموکورتییەکەی پڕ بکاتەوە، ئیتر پارەدانەکە بەئاشکرا بێت یان بەشاراوەیی. وەک هاوسەرگیریی پیاوێکی پیر لەگەڵ کچێکی گەنجدا، یان کچێکی ناشیرین بە گەنجێکی جوان، ئەمانە کۆمەڵێک جیاوازیی خێزانی، ڕۆشنبیری، کەسێتین، بێگومان خۆشەویستیی کڕدراو تەمەنی کورتە. ئەو کەسەیشی بە پارە خۆشەویستی دەکڕێت دواتر دەکەوێتە پەیوەندییەکی ترەوە، ئەم خۆشەویستەیەش بە نەدانی پارەکە نامێنێت.

٢٠١٤/٢/٢٧

بازیان

بەرگی سێیەم

بۆچی خۆشەویستی دەکەین؟

خۆشەویستی پێویستییەکی بنچینەییە یان بۆ خۆشییە؟

لەم بارەیەوە چەندین گۆشەنیگای پێچەوانەی یەکتری هەن، هەندێ پێیان وایە خۆشەویستی پێویستییەکی بنچینەییە بۆ مانەوە و هاوکات یەکێکە لە ڕەمەک "غەریزە" بنچینەییەکانی بوون. تێرکردنی ڕەمەکەکانیش لە مرۆڤدا بەبێ خۆشەویستی هاوکێشەکە لاسەنگ و تێک دەدات.

گۆشەنیگا پێچەوانەکەیش پێی وایە خۆشەویستی بۆ خۆشگوزەرانی، یان لایکەمی پرسێکی لاوەکییە. (ئەبراهام ماسلۆ Abraham maslow) دیارترینی ئەو کەسانەیە ئەم بۆچوونەیان هەیە، ناوبراو بۆ ژیانی مرۆڤ پێنج پاڵنەری بنچینەیی دیاری کردووە:

- پێویستییە فسیۆلۆژییەکان.
- پێویستی بۆ ئاسایش و دڵنیایی.
- پێویستی بە ئینتیما و خۆشەویستی
- پێویستی بە متمانە
- پێویستیی واقیعییەتی خودی.

کەواتە ئەم توێژەرە خۆشەویستیی لە سێیەمین پلەدا پۆلێن کردووە، دوای پێویستییە فسیۆلۆژی و ئەمنییەکان. بۆ سەلماندنی گۆشەنیگاکەیشی پێمان دەڵێت، با مرۆڤێکی برسی

و تینوو بێنینە پێش چاومان، دواتر سەرپشکی بکەین لەنێوان خۆشەویستیکردن و پارچەیەک نان و کەمێک ئاودا، بێگومان پێویستییە فسیۆلۆژییەکانی (نان و ئاوەکە) هەڵدەبژێرێت، بە هەمان شێوە ئاساییش و دڵنیابوون لە مەترسی دەخاتە پێش هەڵبژاردنی خۆشەویستییەوە، بەڵام ئێمە دەڵێین، خۆشەویستی زۆر گرنگە ئەگەرچی دەتوانین بۆ هۆکاری مانەوە دوای بخەین، بەڵگەیش ئەوەیە دابینبوونی پێویستییە فسیۆلۆژییەکانیش بەبێ خۆشەویستی مرۆڤ خەمناک دەکات و ڕەنگە جۆرێک لە زوهد پەیڕەو بکات، واتە تەنانەت دەربەستی تێرکردنە جەستەییەکانیشی نەیەت.

هۆکارە کۆمەڵایەتییەکانی پاڵنەر بۆ خۆشەویستی کامانەن؟

خەڵکی لە ڕێی خۆشویستنی یەکترییەوە بە شێوەیەکی مرۆڤدۆستانە و بە خۆشەویستی مامەڵە لەگەڵ یەکتریدا دەکەن. ئەگەر ئەو یەکترخۆشویستنە نەبوایە کۆمەڵگەی مرۆیی دەبووە کۆمەڵگەی دارستان. لە هەموو کۆمەڵگەکاندا تێبینی دەکەین، کە چەندە یەکترخۆشەویستن کەم بێتەوە هێندەیش ژیان وشک و ساردوسڕ دەبێت و مرۆڤەکانیش لە ئاستی یەکتردا سۆز و بەزەییان کەم دەبێتەوە. بێگومان دوو هۆکاری سەرەکی هەن بۆ پێویستیی بوونی خۆشەویستی:

١- پێویستیی پشتگیریی سۆزداری:

لە ناخی هەریەک لە ئێمەدا پێویستییەک هەیە بەوەی پشتگیرێکی هەبێت، خۆشەویستیش باشترین پشتگیرە، بەتایبەتی لە کاتی تەنگانەدا، زۆر کەس هەن بە هۆی نەبوونی خۆشەویستیکەوە پشتیان بگرێت، تەنانەت بێئەوەی کێشەیشیان هەبێت، هەست بە بۆشاییەکیَ دەروونی دەکەن و نائارامن. زۆرێکیش لەوانەی لە خۆشەویست بێبەرین بە چەند ڕستەیەک

ئـەو هەسـتەیان دەر دەبـڕن و دەڵێـن، "خۆزگـە کەسـێک دەبـوو لـە کاتـی پێویسـتیدا دەسـتم بگرێـت، کەسـێک لـە تەنگانـەدا پشـتی پێببەسـتم".

٢ - پێویستیی هاوسەرگیری:

هاوسـەرگیری بنچینـەی بەردەوامبوونـی مرۆڤایەتـی و دامەزراندنـی خێزانـە، خێزانیـش هـۆکاری ڕێکخسـتن و سیسـتماتیککردنی کۆمەڵگـە و بنچینـەی هێنانەئـارای سیسـتمی ڕێکخسـتنی پەیوەندییەکانـی نێـو کۆمەڵگـەی مرۆڤایەتییـە بەگشـتی.

ڕەنگـە مـرۆڤ لـەدەرەوەی پرۆسـەی هاوسـەرگیریدا سـێکس بـکات و پەیوەندیـی سـۆزداری هەبێـت، بـەڵام خۆشەویسـتی پاڵنـەری بنەڕەتییـە بۆ مانـەوەی دوو هاوسـەر پێکـەوە و ئەمەیش تەنهـا لـە هاوسـەرگیریدا دابیـن دەبێـت.

هۆکارە دەروونییەکانی خۆشەویستی چین؟

خۆشەویسـتی بنچینـەی تەندروسـتی دەروونیـی مرۆڤـە، ئیتـر خۆشەویسـتییەکە کام جـۆر لـە خۆشەویسـتی و مرۆڤەکەیـش لـە چ تەمەنێکدا بێت، بـەڵام خۆشەویستیی نێوان ژن و پیـاو هـۆکاری دەروونیـی تایبەتـی هەیـە، واتـە خۆشەویسـتیی پیاوێکـی پێگەیشـتوو بـۆ ژنێکـی هاوشـێوەی، کـە ئەمانـەن:

١ - پێویستی بە هاوەڵ (هاوڕێ)

بوونـی هـاوەڵ و هـاوڕێ یەکێکـە لـە پێویسـتییەکانی مـرۆڤ و خۆشەویستییش بـە شـێوەیەکی تایبەتـی ئـەو هاوەڵێتییـە دەسـتەبەر دەکات. هاوڕێیەتـی مـرۆڤ بەتوانـا دەکات لـە بەشـداربوونی بەهـا و هەسـت و سـۆز و بایـەخ و ئامانجەکانـی ژیانـی بەرامبـەری. بەرامبەریـش، کـە زانیـی کەسـێک لـە هەمـوو ئەوانـەدا بەشـداریتی چێـژ و خۆشـییان لـێ دەبینێـت، بەبـێ هاوبـەش و بەبـێ هـاوڕێ و هـاوەڵ بەهـا و هەسـت و سـۆز و بایەخەکانـی مـرۆڤ بێتـام و

ساردوسڕ و بێزیان دەبن.

٢ - پێویستی بەوەی کەسێکت خۆش بوێت:

مرۆڤ هەمیشە پێویستیی بەوەیە هەستە مرۆییەکانی چالاک و زیندوو بکاتەوە. دڵی مرۆڤ پێویستیی بەوەیە بە خۆشەویستیی کەسێکی تر لێبدات و هەستیشی گەرم بێت. دڵ و هەست پێویستییان بەوەیە بە کەسێک سەرسام بن، مرۆڤ و هەستەکانیشی پێویستییان بە وروژاندن هەیە. بەڵێ ئێمە لەبەر ئەوەی پێویستیمان بە کەسێکە بمانوروژێنێت و ئێمەیش بۆ ئەو بایەخ و وزە و تواناکانمان بجووڵێنین و ئاڕاستە بکەین، خۆشەویستی دەکەین.

٣ - پێویستی بەوەی کەسێک خۆشی بوێین:

ئێمە وەک مرۆڤ پێویستیمان بەوەیە کەسێک خۆشی بوێین، پێویستیمان بەوەیە هەست بکەین سەرنجی کەسێکمان ڕاکێشاوە بەوەی کە لە خۆماندا شتێکی جێسەرنج هەیە، دەمانەوێ هەست بە نرخ و بەهای خۆمان بکەین و بەوەی کەسێک هەیە بایەخمان پێ دەدات. مرۆڤ ئەگەر کەسێک نەبێت خۆشی بوێت ئیتر بە هیچ دادەنرێت، ئەگەر کەسێکیش هەبێت خۆشی بوێت دەبێتە شتێکی گرنگ و بایەخدار.

٤ - پێویستیمان بە تاقیکردنەوەی بۆچوونە دەروونییەکان:

مرۆڤ خۆی ناناسێت، نە پەرچەکردارە سۆزدارییەکانی خۆی و نە هیی ئەوانی تریش، هەستی خۆشەویستی بۆ خودی خۆمان دەمانخاتە ڕوو. ئێمە لەمیانەی خۆشەویستییەوە خۆمان و توانا و پەرچەکرداری خۆمان و ئەوانی تریش دەبینین، بۆیە لە حاڵەتی خۆشەویستیدا دەڵێین، "نەمزانیوە تا ئەو ڕادەیە لاواز و بێتوانام"" مەعقوولە، ئاوا بە هەستی خۆشەویستی ناسک بووم!"" کێ لەو بڕوایە دابوو کەسێکی ئاوا شەرمن گوفتاری هێندە جوانی خۆشەویستیم پێ بڵێت"بەڵێ، خۆشەویستی

ئاوێنەیەکە ڕاستی و هەقیقەتی خۆمان و کەسانی تریشی تێدا دەبینین.

٥ - پێویستیی هۆشیاربوون لە خود:

لە خاڵی پێشوودا گوتمان خۆشەویستی ئاوێنەیەکە بۆ بینینەوەی خۆمان و ئەوانی تر، بەڵام خۆشەویستی هاوکات هۆشیاریمان بە خودی خۆمان لا دروست دەکات، واتە من کێم؟ من لەچاو ئەوانی تردا چیم؟ کێشەکانم چیین؟ چۆن لەگەڵ خەڵکیدا مامەڵە و کارلێک دەکەم؟ تەبایی و گونجانم لەگەڵ دەوروبەر و کێشە و گرفتەکاندا چۆنە؟...هتد.

ئەزموونی خۆشەویستییە وا دەکات بتوانین لە هەموو ئەو پرسە دەروونییە تایبەتانەمان تێبگەین، واتە توورەیی، خۆشییەکانمان، هەڵسوکەوتمان لەو حاڵەتی خۆشەویستییەدا وا دەکات ئەو هۆشیارییەمان بە خودی خۆمان لەلا دروست بکات.

٦ - پێویستیی بەشداربوون لە خۆشیی هەستکردن بەوەی زیندووین و دەژیین:

هەموو پەیوەندییە مرۆییەکان ڕەنگە ڕادەیەکی زۆر باش ژیانت پێ ببەخشن، دایکایەتی، هاوڕێیەتی، دراوسێیەتی...هتد، هەموو ئەمانە پەیوەندیی مرۆڤایەتیی جووڵێنەریی هەستکردنن بە ژیان لە ناخماندا، بەڵام پەیوەندیی خۆشەویستیی خۆشی و نەشئەیەکی بەهێزتر و هەستێکی قووڵتری بە ژیان تێدایە. ئەو دڵەی ترپەی دێت، ئەو چاوانەی هەموو شتێک بەجوانی و ژیانیش بە چێژ و خۆشی دەبینن، هەموو ئەمانە خۆشەویستی و پەیوەندیی خۆشەویستیی بەتواناتر دەکەن لە هەستکردن بە خۆشی و نەشئەی ژیان.

هۆکارە جەستەییەکانی پاڵنەر بۆ خۆشەویستی کامەن؟

خۆشەویستیی ئاسایی باو، بەگشتی لەنێوان ژن و پیاودا

خۆشەویستییەکی کامڵە لە ڕووی دەروونی و جەستەییەوە. ئەمانەی خوارەوەیش هۆکارە جەستەییەکانی هاندەرن بۆ خۆشەویستی:

١ - پێویستیی بۆ بەریەککەوتن و ئاوێزانبوون:

مرۆڤ لە سەرەتای پێکهاتنیدا و یەکەمین ئەزموونی لکانێتی بە مرۆڤێکی ترەوە، واتە لە کاتی کۆرپەلەییدا، کە دەنووسێت بە ڕەحمی دایکیەوە، دواتر مناڵ لەدایک دەبێت بۆ ئەوەی بچێتە ژیانێکی باڵاتر و پەیوەندییەکی قووڵترەوە، کە دایکایەتییە و بنچینەکەی ئاوێزانبوون و لەباوەشگرتنە و ساڵانێک ئەم منالە بە دایکیەوە دەنووسێت، کاتێکیش گەورە دەبێت و دەبێ لە دایکی جیا بێتەوە، هێشتا پێویستیی نزیکی و ئاوێزانبوونی جەستەیی لە ناخیدا هەر دەمێنێت، پێستەکەی هەر دەیەوێت بەر پێستی کەسێکی تر بکەوێت. خۆشەویستییش، ئەو پەیوەندییە بە کەسێکی ترەوە وەک پێویستییەکی تری ڕەوای شەرعی دابین دەکات، زیاترین داوای خۆشەویستان لە هەستکردندا بە خۆشەویستی و بۆ دڵنیاییشیان نزیکبوونە لەیەکتری. ڕەنگە خۆشی و جوانیی ئاوێزانبوون لەنێو خۆشەویستان و ئەویندارااندا بنچینەکەی بگەڕێتەوە بۆ پێویستیی بەریەککەوتنی پێستیان و لێکنزیکبوون، کە دڵنیایی و سەرفرازی و پشوو بە خۆشەویستان دەدات و پێستیشیان زیندوو و چالاک بکاتەوە، کە دواتر باس لەم خاڵەیان دەکەین.

٢ - پێویستیی تاقیکردنەوەی خۆمان وەک ژن یان پیاو؟

تێگەیشتن لە گوزارشتکردن لە خودی خۆمان و پێکهاتەمان وەک نێر و مێ، ژن و پیاو. بە بەریەککەوتن نەبێت بە شێوەیەکی ڕاستودروست تاقی ناکرێتەوە. زۆرێک لە تێگەیشتنەکان و وێناکردنی خودی خۆمان، کە بەبێ خۆشەویستی و بەرکەوتنی جەستەیی دەکرێت، تەنها بە بیرۆکەیی دەمێننەوە، کە بڕێک ڕاستی

و هێندەیش هەڵە هەڵدەگرێت و تەنها لە کاتی پێکەوەبووندا ئەم حاڵەتەمان بۆ دەر دەکەوێت، تەنها بە پێکەوەبوونی جەستەیی جیاوازییە جەستەییەکان و تواناکانی خۆمان بۆ دەر دەکەوێت، بەڵام ئەم حاڵەتە لە خۆشەویستیدا هاوکات شوناسی دەروونی و جەستەییشمان وەک نێر و مێ بۆ دەر دەخات و وامان لێ دەکات لە ڕەگەزی بەرامبەرمان تێبگەین و ڕێز و بەها بۆ ئەو تێگەیتنەیش دابنێین.

٣ - پێویستی بۆ تێربوونی زایەندی:

تیۆرسینانی پەرگیری خۆشەویستی و ئەویندارى پێیان وایە پێویستییە زایەندییەکان بنچینەی خۆشەویستین و بەزەحمەت درکاندنی ئەو پێویستییە و ئاشکراکردنی، پاڵنەرە بۆ پەردەپۆشکردنی بە پەردەیەکی جوان و ناسک کە خۆشەویستییە، چوونکە زەحمەتە پیاو بە ژنێکی بێگانە بڵێت، "حەزم لە سێکسە لەگەڵتدا" بەڵام دەتوانێت پێی بڵێت، "خۆشم دەوێیت" بێگومان ئەوە تیۆرێکی جەستەیی ئەبستراکتە بۆ خۆشەویستی، ئێمە وا دەبینین، کە خۆشەویستی بە هۆکاری دەروونی، کۆمەڵایەتی، جەستەیی پێکەوە دێتە ئارا، ڕاستە خۆشەویستی و پێکەوەبوونی خۆشەویستان ئامرازێکی دروستە بۆ تێربوونی سێکسی، تێربوونی سێکسییش لە چوارچێوەی خۆشەویستیدا تەواوکارتر و زیاتریش دەستەبەر دەبێت.

ڕاستە تەنها بۆ پێویستییە سێکسییەکان خۆشەویستی دەکەین؟

لە باسکردنی هۆکارە جەستەییەکانی پاڵنەردا بۆ خۆشەویستی وتمان: سۆزی خۆشەویستییە تێربوونی سێکسی دابین دەکات، بەڵام فێرگەی شیکاریی فرۆید لە شیکارکردنی خۆشەویستیدا وەک تەنها پەردەیەکی جوان بۆ خواست و حەزی سێکسی،

پەرگیریی کردووە. ئەو لێکۆڵینەوانەیش کە بۆ دیاریکردنی ڕاستیی پانتاییی حەزی سێکسی لە خۆشەویستیدا کراون، تەئکید دەکەنەوە کە حەزی سێکسی ڕێژەیەکی گرنگ و لە بەرچاوی خۆشەویستیکردنە نەک هەموو هۆکار و پاڵنەرەکانی بێت، چوونکە زۆرینە پێیان وایە خۆشەویستی برێکی زۆر لە خواست و حەز و سۆزەکانی مرۆڤ تێکەڵ بە یەکتری دەکات. بۆیە دەتوانین بڵێین، خۆشەویستی تێرکردنی سێکسی، دەروونی، مرۆیی، ڕۆحییش دەستەبەر دەکات.

بەلام خۆشەویستی ئەگەر تەنانەت پەردەیەکی جوان و ناکسیش بێت بۆ حەز و خواستە سێکسییەکە و بیکەینە پاساوی هاوسەرگیرییش، هێشتا سیستمی خێزانی وەک پێویستی دەمێنێتەوە و ڕێکخستنە کۆمەڵایەتییەکەی لەوە باشترە، کە تێرکردنی ئەو ڕەمەکە بەبێ سیستم و پەردەپێدانێکی جوانتر و ناسکتر بێت.

ئایا بەبێ خۆشەویستی نازیین "دەمرین" ؟

خۆشەویستی پێویستییە دەروونی، کۆمەلایەتی، جەستەییەکان دابین دەکات، مرۆڤ بەبێ خۆشەویستی نامرێت و دەژی، چوونکە دەکرێت لە ڕێگەی ترەوە ئەو سێ پێویستییە قەرەبوو بکرێنەوە، بەلام بە خۆشەویستی باشتر تێر دەکرێن و مرۆڤیش تەندروستتر دەبێت.

لێکۆڵینەوە دەروونییەکان لە ئامارێکدا ژمارەیەکیان پێنەداوین ببێتە بەڵگە بەوەی مرۆڤ بەبێ خۆشەویستی دەمرێت، بەلام واقیعی دەروونی تەئکید دەکاتەوە، کە مرۆڤ بەبێ خۆشەویستی چێژی کەمتر لە ژیان دەبینێت و خواست و ئارەزووی ژیانیشی کەمتر دەبێت.

مرۆڤ بەبێ خۆشەویستی زیاتریش نەخۆش دەکەوێت و

سکالای لەدەست دەرد و پەتاکان دەبێت. ئەوانەی خۆشەویستی ناکەن زیاتر تووشی هەلامەت و نەخۆشییەکانی کۆئەندامی هەناسە دەبن و زیاتریش ئەگەری تووشبوونیان بە ڕووداوەکان لێ دەکرێت،کەواتە بەڵێ، ئێمە بۆ ئەوەی نەمرین بە ڕادەیەک لە ڕادەکان پێویستیمان بە خۆشەویستی دەبێت[١]

ڕاستە بۆ ئەوە خۆشەویستی دەکەین شتێکمان دەست کەوێت، کە دەستکەوتنی ئەستەمە؟

یەکێک لە گۆشەنیگا تەقلیدیەکان، کە توێژەر پلاتۆ (plato) یەکێکە لە پێشەنگانی، لەو بڕوایەدایە خۆشەویستی بارێکی دەروونیی سۆزدارییە کاتێک بەسەرماندا دێت عەودالی شتێکین و دەستمان ناکەوێت.

ئەم تیۆرە پێی وایە هەستکردن بە خواستی دەستکەوتنەکە ڕەنگە بۆ شتێک، یان بۆ مرۆڤێک بێت سۆزداری خۆمانی بدەینێ و لەپای ئەوەدا لە ئازاری بێبەربوون و بە زەحمەت دەستکەوتنیدا بین و بەوەیش لە بەرچاومان گرنگ و بەهادار بێت. خۆشەویستییش بۆیە ڕوو دەدات، چوونکە ئێمە – بەپێی ئەو تیۆرە – دەمانەوێت جوانی، سێکس، بایەخدانمان دەست کەوێت. ئەم تیۆرە وا دەبینێت تەنها بە دەستکەوتنی خواستەکە و ڕاهاتن لەسەری ئیتر خۆشەویستییەکە دەمرێت و مرۆڤ دیسان

---

١ دەبێ خوێنەر بزانێت مەبەستی نووسەر لەو خۆشەویستییە نییە، کە لە کۆمەڵگەی چەند ساڵێک پێشتری ئێمەدا ناوی دڵداریی لێنراوە، ئەوەیشی لەم سەردەمەدا لەنێو خوێندنگە تێکەڵەکان و مەخابن تا ڕادەیەکیش لە دامەزراوەکانی خوێندنی بالایشدا دەکرێت، بەڵکوو مەبەستی نووسەر خۆشەویستیی هاوسەران و هەموو خۆشەویستییە پاکەکانی مرۆڤەکانە بۆ یەکتری و دەوروبەر و ژینگە و خاک و ولات و مرۆڤایەتی و بەها بالاکان، کە بە خۆشەویستیی ڕاستەقینە نرخ و بەهایان زیاتر و جوانتر دەبن...هتد/ وەرگێڕ

دەکەوێتەوە سۆراخی دەستکەوتنەوەی شتێکی ئەستەمی تر.

ڕاستە ئێمە بەو هۆیەوە خۆشەویستی دەکەین، کە ئاڵۆز و نەخۆشین لە ڕووی دەروونییەوە؟

لەلایەن توێژەرانەوە هەندێ دید و بۆچوون هەیە، کە پێیان وایە خۆشەویستی و حەز و مەیلی سۆزداریی هەڵچوونگەلێکن هۆکارەکەیان دەروونین، یان لە زۆرینەی بارەکاندا تێکچوون و کەموکورتیین لە کەسێتیی ئەویندارردا. توێژەر پیلی (Peele) پێیوایە خۆشەویستییش وەک ماددە هۆشبەرەکان هەوڵێکە بۆ هەڵهاتن لە خود بە هۆکاری پێنەگەیشتنی کەسێتییەوە.

توێژەر مێرتنتۆن (Meertinton) دەڵێت ئەویندارییش مرۆڤێکە هەست دەکات خودێتییەکی ناتەواوی هەیە، کە دەبێ بە بەرکەوتن بە کەسێکی تر تەواو "کامڵ" بکرێت.

فێرگەکانی تریش دەڵێن کەسێتیی بێبەری لە متمانە و دڵنیایی و خۆشی لە خۆشەویستییەک دەگەڕێن قەرەبوویان بکاتەوە، چوونکە هەر لە بنچینەدا ئەو کەسە بێبەریبوونێکی کۆنی سەردەمی منالّیی هەیە. کەواتە خۆشەویستەکەی بۆی دەبێتە جێگرەوەی "دایکی"

توێژەر سپیرلینگ (Speriling) دەڵێت حاڵەتی خۆشەویستی ڕەنگدانەوەی حاڵەتی تێکچوونی دەروونیی خۆبەکەمزانینە. کەسێتیی لەو جۆرە هەمیشە لە نیگەرانی و دوودڵی و حەز و خواستێکدایە بۆ خۆشەویستەکەی، کە دەگاتە ڕادەی هەستکردنی بە ئایدیالیستی بوونێکی زیادەڕەوانە، کە ئیدی بەبێ ئەو حاڵەتە هەست بە نائارامی و نادڵنیایی دەکات و ناشتوانێت لە دووریی ئەو پەیوەندییەکی تر دروست بکات و هەمیشە لەنێو ترسی جیابوونەوە و هەرچی زووتر گواستنەوەدایە لە هەستکردن بە خەم و ناسۆرەوە بۆ خۆشی و شادمانی.

کەواتە گۆشەنیگای توێژەرانی پێشتر تەئکید لەو ڕاوبۆچوونە دەکەنەوە کە دەڵێت، خۆشەویستی حاڵەتێکی نەخۆشیی دەروونییە، بەڵام هەموویان هەر بە گۆشەنیگای وەک گۆشەنیگاکانی تر دەمێننەوە کە لەبارەی خۆشەویستییەوە گوتراون.

ڕاستە مرۆڤ بۆیە خۆشەویستی دەکات، تا کەموکورتییەکی پڕ بکاتەوە؟

مرۆڤ بە ڕەگوریشە دەروونی و سروشتییەکەیەوە پێویستیی بە هاوبەشی ژیان هەیە، هاوبەشی دڵی بۆ ئەوەی گفتوگۆی لەتەکدا بکات و خۆشەویستیی هەستی هاوبەش و نەخشەدانان بۆ ئایندە لەنێوانیاندا هەبێت. ئەو هاوبەشە تایبەتەی، کە بریتییە لە خۆشەویست یان هاوسەری ژیان ئەو پێویستییە هاوبەشە دەستەبەر دەکات. ئەگەر ئەو خۆشەویستە یان ئەو هاوسەری ژیانە هاوبەشە نەبوو، مرۆڤ هەست بە کەموکورتی دەکات و تووشی زۆرترین تێکچوونی باری دەروونی دەبێت. لێکۆڵینەوەکانیش سەلماندوویانە، کە ئەگەر مرۆڤ خۆشەویست یان هاوسەرێکی ژیانی هەبێت، بەڵام پێویستییە دەروونی و جەستەیی و ڕۆحییەکانیشی تێر نەکات، هێشتا باری دەروونیی لەو حاڵەتە باشتر دەبێت، کە بێخۆشەویست و بێهاوسەری ژیان بێت (Rhyner) 1984. ئەو یەککگرتنە سۆزدارییە بەهێزە، سەرباری ئەوەی بە بوونی کەسێک بەشداریی هەموو شتێکی تایبەتی خۆشەویست یان هاوسەر بۆشایی پێکەوەنەبوون پڕ دەکاتەوە، خۆشەویستییەکە هاوکات یارمەتیی مرۆڤ دەدات بۆشایی و کەموکورتیی تێربوونی سێکسییش پڕ بکاتەوە، واتە لەبریی ئەوەی خۆی لە ڕووی سێسکییەوە. خۆی تێربکات کەسێکی تر هەیە سێکسی لەگەڵدا بکات و هەر ئەوەیش ڕەفتارێکی سروشتی و تەندروستە. ئەوانەی بە خۆیان

پێویستیی سێکسییان بەدی دێنن لە هەڵەدا دەژین. خۆشەویستی بە سیفەت و تواناکانی و دۆخی کۆمەڵایەتیی خۆشەویست بە کرداری کەموکورتییەک پڕ دەکاتەوە، ڕەنگە کەموکورتییەکە تایبەت بێت بە شێوە، زۆرێک پێیان وایە هەستکردن بەوەی خۆشەویستەکەیان جوانە، ناشیرینی و جێسەرنجنەبوونی خۆیان پڕ دەکاتەوە، هەندێکیش دەڵێن خۆشەویستێکی ڕۆشنبیر، قسەزان، دەوڵەمەند، کەموکورتییەکەی ئەوان پڕ دەکاتەوە. پرسەکە لێرەدا پرسی بەرژەوەندییەکان نییە، بەڵکو هەڵسوکەوت و ڕەفتارێکی قبوڵکراوی مرۆڤەکانە مادام پڕکردنەوەی کەموکورتییەکە فریودان و فێڵی تێدا نەبێت. زۆرێکیش سۆزداری و ئەشق بۆ ئەوە نانوێنن تا کەموکورتییەکەیان بەو پەیوەندییە پڕ بکەنەوە، بەڵکوو حاڵەتی خۆشەویستی لە خۆیدا حاڵەتی سوپاسگوزاری و پێزانینی خۆکردانەیە، چوونکە خۆشەویست توانیویەتی کەموکورتییەکیان بۆ پڕ بکاتەوە و دڵخۆش و سەرفرازیان بکات.

ئایا ڕاستە تەنها بۆ ئەوە خۆشەویستی دەکەین هاوبەشی سێکسییمان پەیدا بکەین؟

ئەگەر ئامانجی سێکس تەنها سێکس بێت ئەوا سیستمێکی هاوشێوەی ئاژەڵانیش بۆ مرۆڤەکان دەهێنرایە ئارا، واتە کاتی حەزی سێکسی، یان ماوەی جووتبوون بۆ زۆربوون بهاتبایە هەرکەسە و دەیتوانی کاری خۆی بکات و تەواو، ئەگەر خۆشەویستی تەنها ئامڕازی گەیشتن بووایە بە سێکس ئەوا ئەوانەی دەچوونە لای لەشفرۆشان هەرگیز بەئازارەوە لە سۆراخی خۆشەویستیدا نەدەبوون.

لە زۆر شوێنی تری ئەم کتێبەدا باسمان کردووە، کە سێکس گرنگیی خۆی بۆ خۆشەویستی هەیە، بەڵام تاکە ئامانجی نییە.. بەڵکوو خۆشەویستی زۆر تێربوونی تریش دابین دەکات – پێشتر

باسـمان کـردوە – وەک هاوەڵێتـی و متمانـە و ڕۆمانسـییەت و هـاوکات سیسـتمی خێـزان و هـەر خۆشـەویسـتییش. مـرۆڤ لـە ڕووی جەسـتە و عەقڵەوە تەندروست دەکات. خۆشەویستییە وا لە عەقڵ دەکات مرۆڤدۆسـتانە مامەڵـە بکات و ئەوەیشـی دەگوترێت گوایە پرسـەکە پەردەیەکی وەهمییە بۆ تێرکردنی سێکسـی، ئەوە بۆچوونـی شـیکارییانەی فرۆیـدە، کـە بـە بۆچوونێکـی پەرگیرانـە دادەنرێت(Stenberg and 1988)، 1992 (Roberts Barnes).

ئایا خۆشەویستی ڕەفتارێکی نەستەکییە بۆ خۆئازاردان؟

ئەوانـەی ئـەم بۆچوونـەیـان هەیـە دەپرسـن بۆچی کەسـێک دەیەوێت لەگـەڵ خۆشـەویسـتەکەیدا بمێنێتـەوە، هەرچەنـدە ئازاریش دەچێژێت و پێیـان وایـە کارێکـی لۆژیکـی نییـە کەسـێک لـە خۆشەویسـتیی کەسـێکدا بمێنێتـەوە ئەگـەر سـۆزدارییەکە ئـازاری بـدات، مەگـەر خـۆی حـەزی لـەو ئازارچەشـتنە بێت و چێژیشـی لـێ وەربگرێت.

لـە ڕاستییشـدا ئازارچەشـتن یەکێکـە لـە وردەکارییەکانـی خۆشـەویسـتی. ڕاسـتە ئـازاری خۆشـەویسـتی وێـڕای ئازارەکـەی چێژی خۆیشـی هەیـە، چوونکە وەک باجێکە بۆ خۆشەویستییەکی ڕاسـتگۆیانەی ڕاسـت و پـاک دەدرێـت. هەڵگرانـی ئـەم تیـۆرە تـا ڕادەیـەک ڕاست دەکـەن، چوونکە هەندێ حاڵەتی کەم هەن دەکرێت لـە بازنـەی ماسنۆشـیدا پۆلێنیان بکەیـن، واتـە ئـەو کەسـانەی چێژ لـە ئـازار و دەردەسـەرییەکانی خۆشـەویسـتی دەبینـن، ڕەنگـە ئـەم توێـژە نەسـتەکییانە بیانەوێت کەسـێک بکـەن بـە خۆشـەویسـتییان کەموکورتیـی دەروونیـی هەبێـت، یـان کەسـێک بێـت خۆشیشـیان نەوێت، یـان بەدیهێنانـی زەحمـەت بێت بـۆ ئـەوەی بـەردەوام لـە چەشـتنی ئـەو ئـازارەدا بن (Curtis 1985 1983)، (Winarier).

ئایا خۆشەویستیکردن دەرەنجامی نەریتێکی وەهمی بۆماوەییە؟

لەبەرامبەر ئەو رایەدا، کە دەڵێت خۆشەویستی خواستێکی خۆرسکییە لەگەڵماندا لەدایک دەبێت، گۆشەنیگایەکی تر هەیە پێی وایە خۆشەویستی وەهم، یان پەردەیەکە بۆ بەرژەوەندییە هاوبەشەکان. مناڵ و دایک، کە هۆگر و پەیوەندن بەیەکەوە، هەستەکەیان خۆشەویستی نییە، بەڵکوو منداڵ سوپاسگوزاری دایکە لەبەر ئەوەی شیری دایکی دەخوات و دەیپارێزێت و لەبەرامبەردا دایکیش سوپاسی منداڵەکە دەکات، کە بە مژینی مەمکی، هەرچەندە ئازاریشی دەدات، بەڵام هەستێکی دەداتێ کە بەها و گرنگییەکی هەیە، کەواتە لایەنگرانی ئەم تیۆرە لەو بڕوایەدان بەرژەوەندی بە وەهمی سۆزداری پەردەپۆش کراوە و دەبینن پرسەکە دواتر بە چەندین ناوی ڕۆمانسیی بڵاوبووەتەوە. لەگەڵ تێپەڕبوونی کاتیشدا لای مرۆڤ بووە بەپێویستی بۆ وەهمی خۆشەویستی و ئەو پێویستییەش لە ئەندێشەی ئەفسووناویی ئایدیالیستی بۆ شتێکی ئەستەم نموونەگیری دەکات، کە کەسی خۆشەویست و ژیانە بە پەرۆشی و شەیدایی و چاوەڕوانی .هتد، بەڵام پاش ماوەیەک لەو وەهمە بەئاگا دێینەوە. ئەوانەی ئەم ڕاوبۆچوونەیان هەیە دەڵێن ئەگەر خۆشەویستی فیترەتێکی بنچینەیی بووایە لەو وەهمە بەئاگا نەدەهاتین، بۆ زیاتر تەئکیدکردنەوەیش لەوەی، کە خۆشەویستی نەریتێکی وەهمییە، هەندێ لێکۆڵینەوەی فراوانگیر کراوە لەسەر کۆمەڵێک کچۆڵەی هەرزەکار لە کۆمەڵگە و ژیارەکاندا کراوە و دەر کەوتووە، کە ئەو کچانە لە دەرەنجامی تەقلید و لاساییکردنەوەی کۆمەڵگەدا کەوتوونەتە خۆشەویستییەوە، کچانی هەرزەکار لە کۆمەڵگەکاندا جیاوازن لە یەکتری. ئەمەیش – بە ڕای لایەنگرانی وەهمی خۆشەویستییەوە – بەڵگەیە بۆ ئەوەی خۆشەویستی چەندە

خۆرسـكییە هێندەیـش تەقلیـدە (Simon Etal 1992).

لـە گۆشـەنیگای تیـۆری تەقلیـدی وەهمییـەوە دەبینیـن سـینەما داهێنانێـک بـووە بـۆ بـرەودان و پشـتگیریکردن لـە وەهمـی خۆشەویسـتی لای مرۆڤـەکان، واتـە لـەو گۆشـەنیگایەوە، کـە زۆرینـەی فیلمـەکان ڕۆمانسـین.

ڕاسـتە بـۆ ئـەوە خۆشەویسـتی دەکەیـن هەسـت بـە بەهـای خۆمـان بکەیـن؟

بەڵـێ، مـرۆڤ هیـچ ناهێنێـت ئەگـەر کەسـێک خۆشـی نەوێـت، توێژینـەوەکان و مێژوویـش تەئکیـد دەکەنـەوە، کـە مـرۆڤ چەنـدە سـەرکەوتوو بێـت، چەنـدەی هەبێـت و خاوەنـی چەنـدە توانـا و دەسـەلاتیش بێـت، ئەگـەر هەسـت نـەکات کەسـێک هەیـە خۆشـی دەوێـت، هەسـت دەکات بێبەهایـە و هیـچ ناهێنێـت، تەنانـەت گـەورە دەسـەلاتدارانی مێژوویـش و هەمـوو سـتەمکار و خوێنڕێژەکانـی دەرهاویشـتەی ژیانیـش. لـە گۆشـەیەک لـە گۆشـەکانی ژیانیـدا مرۆڤێـک هەبـووە خۆشـی ویسـتووە و لـە ئەشـقیدا تواوەتـەوە، تـا هەسـت بـە بوونـی خـۆی بـکات. خۆشەویسـتی وا دەکات مـرۆڤ متمانـە بـە خـۆی بـکات، درک بـەوە بـکات شـتێکی تێدایـە بۆتـە مایـەی سـەرنجی کەسـێکی تـر و بـە خۆیـەوە پەیوەنـدی کـردووە (Cramer). هەمـوو مرۆڤێـک ئەگـەر کەسـێک نەبێـت خۆشـی بوێـت ڕووبـەڕووی ئـەم پرسـیارە دەبێتـەوە،" چ کەموکورتییەکـم هەیـە کەسـێک نەبێـت سـەرنجم بداتـێ؟ چیمـە تـا کەسـێک نەبێـت هەسـت بـکات پێویسـتیی پێمـە؟" ئەوانـەی کەسـێک شـک نابـەن خۆشـیان بوێـن ڕەنگـە هەسـت بکـەن بوونیـان بێبەهایـە و ئـەو هەسـتەیش ڕەنگـە بگاتـە خواسـت و حەزکـردن بـە مـردن و خۆکوشـتن.

ڕاستە خۆشەویستی گرنگە بۆ پێکهێنانی خوێتیی مرۆڤ؟

خودێتیی مرۆڤ، خودی خۆی، بوونی شتێکی زۆر ئاڵۆزە و هەر ئەوەیشە لە ڕووی مامەڵەکردنیەوە لەگەڵ کۆی تێربوونەکانی، مرۆڤ لە ئاژەڵ جیا دەکاتەوە. ئەگەر خودێتیی مرۆڤ بە خۆشەویستی تێر نەکرێت، ئیتر نە خواردن، نە سێکس، نە ئاساییش و دڵنیایی هاوسەنگی دەکەن، خودێتیی مرۆڤ پێویستیی بە ئەزموونی خۆشەویستی هەیە وەک بڕێک وزەی بنچینەیی بۆ بەرجەستەبوون و پێگەیشتن و بۆ ئەوەی لەنێوان خۆی و عەقڵ و ڕۆحیدا هەماهەنگییەک هەبێت. خودێتیی مرۆڤ بەلای خودی خۆیەوە نادیارە و تەنها بە خۆشەویستیی نهێنی و توانا و نادیارەکانی بۆ دەر دەکەوێت، کەواتە تەنها بەو ترپە و تەزوو و کەمەندکێشکردنە جەستەییە مرۆڤ لە خودی خۆی تێدەگات.(Shea and Adams) 1984.

لە لێکۆڵینەوەیەکدا لەبارەی تەندروستیی دەروونی و پەیوەندیی بە ئەزموونە سێکسی و سۆزدارییەکانی مرۆڤەوە کە بەسەر خەڵکانێکی زۆردا کراوە، کە هەندێکیان ئەزموونی خۆشەویستییان هەبووە و هەندێکی تریشیان نەیانبووە، دەر کەوتووە ئەو کەسانەی ئەگەر بۆ یەک جاریش بێت لە خۆشەویستیدا بووبێتن، لەوانە زیاتر لە خۆیان و وزە و تواناکانیان تێگەیشتوون، کە خۆشەویستییان نەکردووە(Dietch 1978). جەختکردنەوەیەکیش هەیە، کە پێی وایە ئاوێتەبوون بە خۆشەویستی دەرفەتێکی زیاتر دەڕەخسێنێت بۆ ناسینی خودێتیی خۆشەویست و بەوەیش بینشێکی فراوانتر بۆ مرۆڤ دەڕەخسێت بۆ تێگەیشتن لە خۆی و لەئەوانی تریش، ئەزموونی ئاسایی ژیان ڕەنگە بەو وردەکارییە ئەم حاڵەتەمان بۆ دەستەبەر نەکات، بەڵام خۆشەویستیی گەرم و بەسۆز لەگەڵ کەسێکدا وا دەکات لە خودێتیی تێبگەین.

هاوکات خاڵێکی بنچینەیی هەیە لەبارەی خۆشەویستی و خودێتییەوە، ئەویش ئەوەیە مرۆڤ لە سەرەتایەوە

لە دۆخی لکاندایە بە خودی خۆیەوە، واتە لە دۆخی نەرجسییەت"خۆویستیدایە" ئەمەیش لە تەمەنی بچووکیدا پرسێکی قبوڵکراوە، بەڵام دوای ماوەیەک پێگەیشتن دەبێ لەو جوغزگیرییە خودییە دەر بچێت و ئەوەیشی بە خۆشویستنی کەسێک بۆ بەدی دێت. خۆشەویستی دەرچوون و جیابوونەوەیە لە نەرجسییەت و خۆشویستنی خۆیەوە بۆ خۆشویستنی کەسێکی تر، کە خۆشەویستەکەیەتی، بۆ ئەوەی تەندروستیی دەروونی هاوسەنگ بکات.(Bergmann 1995).

ڕاستە هەستکردن بە خۆشەویستیی مرۆڤ لە ڕووی جەستەیییەوە تەندروست دەکات؟

ئەو لێکۆڵینەوانەی بەراوردی نێوان ئەو کەسانەیان کردووە، کە ئەگەر بۆ جارێکیش بێت خۆشەویستییان کردووە و ئەوانەی بۆ جارێکیش خۆشەویستییان نەکردووە، یان خۆشەویستییان کردووە، بەڵام بۆ ماوەیەکی زۆریش بێخۆشەویست بوون و لە دابینکردنی پێویستییە سۆزدارییەکانیاندا بێبەریبوون. تەئکید دەکەنەوە ئەوانەی لە خۆشەویستی دان لە هەموو شتێکی جەستەیییدا تەندروستییان باشتر بووە، دڵیان..سییەکانیان ...هتد، پێستیان ناسک و جوانتر و هیچ کێشەیەکیان لە سووڕی خوێندا نەبووە و توانا عەقڵییەکانیشیان کاراتر بووە و تەنانەت نیشانەکانی پیریشییان، بە شت لەبیرچوونەوەیشەوە کەمتر بووە. ئەوانەی لە هەستکردنیشدا بوون بە خۆشەویستیی کەمتر تووشی نەخۆشی دەبن. لە لێکۆڵینەوەیەکی جوانی نوێدا دەر کەوتووە ژنی هاوسەردار، کە هاوسەرەکەی خۆش دەوێت، تەنانەت منداڵبوون و ژانی منداڵبوونیشی لەلا ئاسانتر دەبێت(1982 Moran 1993),(McAdams).

نیشانەکانی خۆشەویستی

نیشانە گشتییەکان لە کەسی ئەویندار‌دا چین؟

دوو جۆر نیشانە هەن پەیوەندن بە حاڵەتی خۆشەویستی و ئەویندار‌بوونەوە:

١- نیشانە ناوەکییەکان، کە لە ناخی خۆیدا هەستیان پێ دەکات.

٢- نیشانە دەرەکییەکان، کە خەڵکانی دەوروبەری ئەویندار هەستی پێ دەکەن.

هەرچی نیشانە ناوەکییەکانە، پێش هەرشتێک لە سەراسیمەبوونی ژیان و مامەڵەکردن لەگەڵ هەستێکی جیاوازدایە، کە ئەویندار هەستی پێ دەکات و لە خۆی دەپرسێت، "چیم بەسەر هاتووە؟" ئەم پرسیارە وێڕای ئاسانی، بەڵام پێمان دەڵێت ئەم ئەویندارە هەستی بە گۆڕانکارییەک لە ناخەوە کردووە و سەراسام بووە و نازانێت چۆن ڕاڤەی بکات. شتێکە بەتەواوی ناخ و دەروونی تێک داوە، خەوی لە چاوەکانی حەرام کردووە، سەرسامی کردووە، هاوسەنگیی تێک داوە و وای لێ کردووە دەڵێیت تووشی خەمێک هاتووە بەزۆر وێنەی ئەو کەسەی دێنێتە بەرچاو، کە کەوتۆتە خۆشەویستییەوە. حاڵەتی زوو زوو گۆڕان لە بەختەوەرییەکی زۆر و نەرمونیانییەکی بێسنوورەوە. بۆ خەمۆکی و ناسۆر و دڵتەنگییش بەشێکە لە

هەستە ناوەکییەکان، ئەویندار هەست دەکات وردبینی و ئاگایی، خەوتنی وەک پێشتر نەماوە، ئەوەتا زەینی تێک چووە، خەوی کەم بۆتەوە، دڵەخورپەیەتی، هەناسەی تەنگ بووە، شتێکی جوان بەسەر هەموو وردەکارییەکانی ژیانیدا هاتووە. پرسە بچووکە ئاساییەکانیش ئێستا تاموچێژێکی خۆشیان هەیە و جوانترن، لە هەموو شتێکدا گەشی و ورشەیەکی جوان دەبینێت، بەتایبەتی لە خۆشەویستەکەیدا، گەدەی ئیشتیهای خواردن ناکات بەڵکوو خۆشەویستەکەی دەوێت، هەموو بایەخەکانی تری لە بەردەم بینین و بووندا لەگەڵ خۆشەویستدا بچووک دەبنەوە، ئەم ئەویندارە لە چ تەمەنێکدا بێت وا هەست دەکات منداڵ و هەرزەکارە، چەندەیش خاوەنی هێز و توانا و دەسەڵاتیش بێت هەست دەکات زۆر بێتوانا و لاوازە، بەڵام وێڕای ڕەخنەلێگیرانیشی هێشتا قبوڵ کراوە، هەست بە ئازارێک دەکات کە بۆڵەیەتی لەدەستی و هاوکات چێژ و خۆشیشی لێ دەبینێت. لای ئەو ئەویندارەکەی هەموو دنیا دەهێنێت و دەبێتە تاکە هیوا و ئاوات و بەختەوەری. هەرچیی ئەوانی ترە ئەوا ڕوخسار و ڕەفتاری ئەویندار و چاوەکانی دەبینن، کە چەندە ڕوون و گەش بۆتەوە، گۆڕانێکی زۆر لە سیمایدا دەبینرێت، گاهێک زۆر شاد و بەختەوەرتر لە بەختەوەری و دەمێکیش زۆر خەمبارتر لەوەی پێشتر خەمبار بووە، لە یەک کاتدا خاوەنی ڕۆحی سەرچڵی و جووڵە و ترسان، جارێک مێشکئاڵۆز و شپرزە و جارێکیش نەرمونیان و بەسۆز و ڕادەستبوو، هەموو لەو بڕوایەدان ئەم ئەویندارە وەک جاران نەماوە، بەڵام گرنگی لەوەدایە دەوروبەری دەزانن، کە لە خۆشەویستیدایە نەک هەڵچوونێک لە هەڵچوونەکانی هەبێت، چوونکە خۆشەویستیی گەشی و ڕۆحێکی هەیە هەمووان خۆڕسکانە درکی پێ دەکەن.

نیشانە دەرەکییەکانیش، ئەوینداری ئەویندار هەست بەم

نیشـانه گشـتییانه دەکات:

گۆڕانی پلـەی گەرمیی لەشـی لەنێوان گەرمبوون و ساردبووندا بەتایبەتـی دەسـت و قـاچ، نێوچـاوان، وشـکبوونی دەم، تێکچوونـی لێدانەکانـی دڵ، تێکچوونـی هەناسـەدان لەنێـوان تەنگەنەفەسـی و هەناسـەدان بەخـاوی یـان بەخێرایـی، نەخەوتـن و شـەونخوونی، بەخێرایـی و زوو زوو میزکـردن، نەمانـی ئیشـتیهای خـواردن، هەسـتیارییەکی زۆری پێسـت، تـا ئـەو ڕادەیـەی هەسـتکردنی پێست بـه گەرمـی و ساردی زیاتـر دەبێت و تەنانـەت بـە لێدانی سووکیش ئازاری پێ دەگات، هەستکردنێکی گشتیی به گرژبوونی ماسـوولکەکان و مێشکیش(تەشـەنوج.(

ماوەتـەوە بڵێیـن، هەندێـک کـەس هەمـوو نیشـانەکان و هەندێکیـش بەشـێک لـەو نیشـانانەیان لەسـەر دەر دەکەوێت. هەندێکیـان نیشـانەکانیان بەتونـدی و هەندێکیشـیان بەسـووکی لەسـەر دەر دەکەوێت، کـە هەسـتیان پـێ ناکرێت. بەختەوەرییش جیاوازییەکـی تاکـە کەسـی، بگـرە جیاوازییەکـی ژیارییـە، بۆیـە دەبینیـن خۆرهەڵاتییـەکان لـە خۆرئاواییـەکان زیاتـر ئـەم نیشـانانەی خۆشەویسـتییان لەسـەر دەر دەکەوێت. جیاوازیـی تەمەنیش کاریگەریی هەیـە، هـەرزەکاران لـە پێگەیشـتووان زیاتـر نیشـانەکانیان لێ دیـار دەدات، یـان ترسـیان کەمترە لـە چاودێریی کەسـانی تـر، یاخـود ئەزموونیـان لـە پێگەیشـتووان کەمتـره لـه خۆکۆنترۆڵکردنـی ڕواڵەتییـدا.

ئایا نیشانەکانی ئەوینداری دەشاردرێنەوە؟

خۆشەویستیی بـۆن و بەرامـە، گەشـی و بریقـە دەسـەڵاتی هەیـە، بۆیـە ناتوانرێت بشـاردرێتەوە، خۆشەویسـتی لـە هەناسـەدان، لـە گەشـیی چـاوەکان، لـە تێکچوونـی دەنگـدا دەر دەکەوێت، بۆیـە ئاشـق یـان ئەوینـداری ڕاسـتەقینە، گـەر بخوازێت نیشـانەکانی

خۆشەویستییەکەی بشاریتەوە ناتوانێت و بەلایەوە ئەستەم دەبێت و دواجار هەر دەر دەکەون، بەڵام هەندێکیش هەن هێزێکی بێسنووری ئیرادەیان هەیە. پرسی شاردنەوە یان بەرزەفتکردن دەبێ یەکێک بێت لە خەسڵەتە گشتییەکانی کەسێتی بۆ ئەوەی بتوانێت نیشانەکانی سۆزداریی بشاریتەوە. هەندێک دەتوانن تا ماوەیەک نیشانەکان بشارنەوە، هەندێکیش دەتوانن بۆ ماوەیەکی درێژخایەن بیانشارنەوە، هەندێک نیشانەکانی سۆزدارییان لەو کەسە دەشارنەوە، کە خۆشیان دەوێت، هەندێکیش لە کەسانی دەوروبەریانی دەشارنەوە، هەریەکە لەوانەیش کە توانای شاردنەوە و بەرزەفتی نیشانەکانی سۆزدارییان هەیە، هۆکاری خۆیان هەیە، بەڵام لەبارەی توانا عەقڵی و دەروونییەکانەوە گۆشەنیگایەک هەیە لەو بڕوایەدایە ئەگەر سۆزدارییەکە بەهێز و ڕاستەقینە بێت، مرۆڤ چەندە هەوڵی بەرزەفتکردنیشی بدات ئەگەر لەڕێی دوواندنی زەینییشەوە بێت هەر دەر دەکەوێت، چوونکە مێشک توانای زۆری هەیە لەوانەیش، دەرککردن، هەستکردن بە سۆزدارییە نهێنی و شاراوەکان، وزەی مێشک وزەیەکی ئەلیکترۆنییە و دەتوانێت هەستی مرۆڤ بە دەوروبەری بگەیێنێت، ئەو توانای گەیاندنە زیاتر دەبێت هەرکات مرۆڤ بیەوێت ڕێگریی لێ بکات، چوونکە گرفتەکە لەوەدا نییە مرۆڤ لە ترسی ڕەتکردنەوەی هەستەکانی یان لە ترسی بەخراپناوبردنی خۆشەویستەکەی، یاخود لەبەر بێسوودی و بێهوودەیی هەستی سۆزداریی بشاریتەوە و دەری نەبڕێت، هەموو ئەوانە لۆژیکین و خاوەنەکەی لەپای توانای بەرزەفتکردنەکەدا شایستەی ڕێزلێگرتنە، گرفتەکە لەوەدایە کەسەکە تووشی حاڵەتێک هاتبێت بە (تاسانی سۆزداریی) ناو ببەم، واتە نەتوانێت کارلێک و مامەڵەی سۆزدارییانە بکات و بەئەستەم خۆشەویستیی بدرکێنێت و دەری ببڕێت، کەسی لەو جۆرە لەو کاتەدا پێویستیی بە

چارەسەری تەواوی دەروونی هەیە.

لە کامیاندا، ژن یان پیاو نیشانەکانی خۆشەویستی زیاتر دەر دەکەون؟

ڕاستیی سەلمێنراو ئەوەیە، جیاوازی لە پەروەردەکردنی ڕەگەزی نێر و مێ لە کۆمەڵگەدا – بە شێوەیەکی گشتی – وای کردووە پیاو، بەتایبەتی لە خۆشەویستیدا، هەستەکانی دەر نەبڕێت و ڕادەیەکی زۆر لە توندی و زبری بنوێنێت. ژنیش بە پێچەوانەوە دەبێ لاواز بێت و هەستەکانی دەر ببڕێت و تەواوی لاوازی بە کۆی دەستەواژەکانیەوە پیشان بدات، بۆیە ئیتر لۆژیکی دەبێت کە نیشانەکانی خۆشەویستییش لە ژندا زیاتر لە پیاو دەر بکەون، بەڵام سروشتی نەرمونیانیی ژن لە ڕووی فسیۆلۆژی و دەروونییەوە بە هۆکاری هۆرمۆنی مێینەییەوە، کە هەستەکان ناسک دەکات و مێینە وا لێ دەکات کارلێکی سۆزداری و زمانەوانیی لەگەڵ هەموو شتێکدا زیاتر بێت، شانبەشانی پەروەردە کۆمەڵایەتییەکە وا دەکەن ژن زیاتر نیشانەکانی خۆشەویستیی لێ دەر بکەوێت، بەڵام دەرکەوتنی ئەو نیشانانە مەرج نییە ڕەنگدانەوە و پەرچەکردار بێت بۆ داگیرکرانی عەقڵ و داڕووخانی هێز و تواناکانی. لە زۆر لێکۆڵینەوەدا دەر کەوتووە ژن سەرباری خواستی خۆی، بەڵام زۆر بە دانایی و خێرایی مامەڵە لەگەڵ نیشانە سۆزدارییەکانیدا دەکات و بە تەگبیر کار بۆ ئەوە دەکات ئەو پیاوە بخاتە خۆشەویستییەوە، کە خۆشی دەوێت. بە ژیرییش نەخشە و پلانی باش بۆ پەیوەندییەکی کرداری دادەنێت، کە هیچ زیانێکی پێ نەگەیێنێت.(1973Dian and Dian).

هاوکات لێکۆڵینەوە و ئەزموونەکانی ژیانیش سەلماندوویانە، زۆرێک لە پیاوان کە خۆشەویستی دەکەن ئیتر ئەو

خۆشەویستییە زۆر لە ژنان زیاتر بەسەر ڕەفتاریاندا زاڵ دەبێت. هەندێ لە پیاوانیش توانای دەرخستنی هەستە ناوەکییەکانیان هەیە، ئەگەرچی نەشیانەوێت دەری بخەن.(1995Adwards).

ئایا دەتوانین نیشانەکانی خۆشەویستی لە تاقیگەدا بپێوین؟

دۆخی سۆزە مرۆییەکان تا ئەم ساتەیش لەژێر لێکۆڵینەوە و نەشتەری کرداریدایە. هەوڵدان بۆ تێبینیکردن و پێوانی زانستییانەی سۆزی خۆسەویستیی خەونێکی دێرینە. ئیبن سینا کە بە یەکەمین کەس دادەنرێت خۆشەویستیی خستۆتە بازنەی توێژینەوەی زانستییەوە، لە دیارترین لێکۆڵینەوەیدا دەربارەی خۆشەویستی، باس لە بەسەرهاتی کەسێک دەکات تووشی نەخۆشییەکی گشتی هاتووە، کە هاتۆتە لای وەک پزیشکێک، بۆی دەر کەوتووە نەخۆشی دەستی خۆشەویستییە، بۆ دیاریکردنی پزیشکانەی نەخۆشییەکە لێدانەکانی دڵی گرتووە و ناوی شارەکانی دەوروبەری نەخۆشەکەی هێناوە، کاتێک ناوی شارێکی دیاریکراو دەهێنێت تێبینی دەکات لێدانەکانی دڵی زیاتر دەبێت، دواتر دەکەوێتە ناوهێنانی گەڕەک و ناوچەکانی ئەو شارە و کاتێک دەگاتە ناوی ناوچەیەکی دیاریکراو لێدانی دڵی نەخۆشەکە زیاتر دەبێت، دواتر ناوی شەقامەکان دەبات و دوای هێنانی ناوی ناوچەیەک لێدانەکانی دڵی زیاتر دەکات. دواجار ناوی کۆڵانەکانیش دەبات و لەناوبردنی کۆڵانێکدا لێدانەکانی دڵی زیاتر دەبێت. ئیبن سینا بە کەسوکاری نەخۆشەکە دەڵێت کوڕەکەتان نەخۆشی ئەشق و ئەویندارییە و ماڵی خۆشەویستەکەیشی لە فڵان گەڕەک و کۆڵاندایە، چوونکە لە ناوبردنی ئەو ناوچەیەدا لێدانەکانی دڵی لە هەموو کاتەکان زیاتر بووە.

ئاراستە نوێ و هاوچەرخەکان وردتر خۆشەویستی و

سێسکیان خستۆتە بەر تاقیکردنەوە بۆ دیاریکردنی هەڵچوونەکان. یەکێک لەو ئەزموونە کرداریانەیش کە کراون، پێوانەکردنی ڕادە و ئاستی ورووژان بووە لە ڕێی ڕوانینەوە بۆ وێنەی کچێکی جوان بۆ کوڕ و کوڕێکی جوانەوە بۆ کچ، ئەویش بە پێوانەکردنی پلەی گەرمی و ساردیی پێست، پێوانەکردنی فراوانبوونی گلێنەی چاو، پێوانەکردنی سووڕی خوێن لەدوای کۆتاییهاتنی هەستی خۆشەویستییەکە.

ڕاستە مرۆڤ لە حاڵەتی ئەویندارییدا هەستی مرۆڤدۆستانەی زیاتر دەبێت؟

خۆشەویستیی ڕۆحی مرۆڤ ناسک و نەرمونیان دەکات. لێکۆڵینەوەکان لەسەر ئەوینداران سەلماندوویانە ئەوانەی لە خۆشەویستیدان نەرمونیانتر، خۆشنوودترن و هەستی مرۆیییان دەرهەق بە باڵندە و گوڵ سروشت بەگشتی زۆر ناسک و نەرمونیان دەبێت.

گوزارشتی"مرۆڤدۆستانە" دەربڕینێکی فراوانگیرە. دەتوانین چەند وێنەیەکی کاریگەریی خۆشەویستیی لەسەر سۆزی مرۆڤ وەر بگرین، کە ڕەنگدانەوەی ئەو خۆشەویستییەمان لەسەر خۆی و باری مرۆڤدۆستیی بۆ دەر دەکەوێت. ڕەنگە لێکۆڵینەوەکەی هەردوو توێژەر هیندرک و هیندرک (1988Hendrick and Hendrick) باشترین بەڵگە بێت. ئەم دوو توێژەرە کاریان لەسەر ژمارەیەک خەڵکی کردووە کە لە باری ئەویندارییدا بوون و هەندێکیش لە ئەویندارییدا نەبوون و بۆیان دەر کەوتووە، ئەوانەی لە خۆشەویستیدا بوون لە پەیوەندییەکانیاندا ڕاستەوخۆ و ڕاشکاوتر بوون، واتە دوور بوون لە پێچوپەناکردن و فێڵ و تەڵەکەبازی، هاوکات ڕۆمانسیتریش بوون لە هەموو شتێکدا و بەتایبەتی لە سەرنجڕاکێشاندا، ئەمانە مەیلیان بەلای لایەنی

ئامێرسایی سێسکدا نەبووە، بە شێوەیەکی گشتییش هەڵپەکار و عەودالّی خۆشی و چێژی زیاتر نەبوون.

لە لێکۆڵینەوەیەکی تردا دەر کەوتووە ئەوانەی ئەویندارن زیاتر بەزەییان بە ئاژەڵدا دێتەوە و زیاتریش دەربەستی ژینگە دێن.

ئایا دەرخستنی خۆشەویستی، پەیوەندیی بە شێوازی پەروەردەکردنەوە هەیە؟

بێگومان مرۆڤ لە ڕووی سایکۆلۆژییەوە بە پلەی یەکەم دەرچووی ماڵەکەی خۆیەتی، ڕەفتار و هەڵچوون و گوزارشتکردن لە ماڵەوە فێر دەبێت، دواتر دامەزراوەکانی تری وەک خوێندنگە و مزگەوت و هاوڕێ و ئەزموونەکانی ژیان ڕۆڵیان دەبێت، بەڵام دواجار ماڵ بنچینەی پەروەردەیە. لە هەندێ ماڵدا پەروەردەیەکی توند دەکرێت، کە دەبێتە ڕێگری مناڵ لە دەربڕینی هەستەکانی، دەکرێت پەروەردەی توند تایبەت بێت بە هەستگەلێکی دیاریکراوی وەک تووڕەیی، هەندێ خێزانیش لە ئاستی دەربڕینی هەموو جۆرەکانی هەستدا توندی دەنوێنن، هەندێ خانەوادەیش هەن هاندەری گوزارشت کردنن لە هەموو هەستەکان یان هاندەرن بۆ دەربڕینی هەستە ئەرێنییەکانی وەک خۆشەویستی، بۆیە ئەو کەسەی لە خێزانێکدا پەروەردە بێت، کە هاندەری دەربڕینی هەستەکانن بە هەموو وێنەکانیەوە، کەسێکی دەروون تەندروست دەبێت و کارلێک و مامەڵەی لەگەڵ هەستەکانیدا سروشتی دەبێت. لە لێکۆڵینەوەیەکی جواندا لەو بارەیەوە و لە دیمانەی ئەو کەسانەدا لە فڕۆکەخانەکاندا خواحافیزییان لەیەک کردووە و لە تێبینیکردنی کەسانێکی تردا لە بۆنە و ئاهەنگەکاندا، دەرکەوتووە ئەوانەی یەکتری لەئامێز دەگرن و بە هەڵچوونی ڕوونی سۆزدارییەوە قسە لەگەڵ یەکتریدا دەکەن،

لەو خانەوادانە بوون کە دەربڕین و دەرخستنی خۆشەویستییان تێدا زیاتر بووە، دەرەنجامەکان بۆ ژن و پیاویش بە هەمان شێوە بووە (1986Vrugt).

ئایا گوتەی "خۆشەویستیی کوێرە" یەکێکە لە نیشانە سروشتییەکانی خۆشەویستی؟

خۆشەویستیی ڕۆمانسی، خۆشەویستیی گەرموگوڕ و پڕ لە شەیدایی، یەک خەسڵەتی گرنگیی تێدایە کە زیادەڕەوییە. زیادەڕەوییش لە خۆشەویستیدا لە وردبوونەوە و جەختکردنەوەوە دێت لە هەندێ سیفەت و خەسڵەتی جوانی خۆشەویست، وەک ئەوەی خۆشەویست تەنها خەسڵەت و سیفەتی جوانی هەبێت و هیچ خەوش و سیفەتێکی ئاساییی تری تێدا نەبێت، بەم ڕوانینە دەڵێن هەستکردنی کوێرانە، یان بینینی کوێرانە. کەسانی واقیعبین لە ئەویندارێدا دیدێکی ئایدیالیستییان هەیە، کە ڕەنگە لە حاڵەتی پەرگیریدا بگاتە ڕادەی پەرستن، ئەگەر ئەو هەستە ئایدیالیستییە کوێرانەیەش نەبووایە ئیتر خۆشەویستی و ئەشق و ئەوینداریش نەدەبوو. سەیرەکە لەوەدایە هەندێک لە ئاشقان تەنانەت خەوشەکانی خۆشەویستەکەیان بەجوان دەبینن، لەبەر ئەوەی نەبینینی خەوشەکان پرسێکی ناسروشتییە، دەبێ ساتەوەختێکی بەئاگاییی هەبێت، کە تیایدا خۆشەویست لە قەبارەی ئاسایی و سروشتیی خۆیدا ببینرێت، ئەمەیش پاش ماوەیەک لە خۆشەویستی دەبێت یان دوای هاوسەرگیری، یان دوای پێکەوەبوونی ماوەیەک، کە ببێتە مایەی بێزاری، لەبەر ئەوەی سروشتی ئەو خۆشەویستییەش زیادەڕەوییە، بۆیە لەگەڵ بەئاگاییەکەشدا خامۆشبوونێک ڕوو دەدات، کە خۆشی و چێژی هەستکردن بە خۆشەویستییەکە دەکوژێت. لە سەدەی زانست و شیکاریی هاوچەرخدا ئەو "خۆشەویستییە کوێرانەیە"کەم بۆتەوە،

بەڵام هێشتا لەنێو توێژی هەرزەکاران، نیاز پاکان و زۆرینەی ژناندا هەرماوە.

ئایا نیشانەکانی خۆشەویستی لە هەموو کۆمەڵگەکاندا هاوشێوەن؟

جیاوازی لە نیشانەکانی خۆشەویستیدا لە پلەی جیاوازییەکەدا دەبێت نەک لە جۆریدا. هەموومان ئادەمیزادین و بە هەمان دڵ و ڕۆح ئەوینداری دەکەین، بەڵام سروشتی سۆزداری و ڕەفتاریی گشتیی کۆمەڵگە، ڕەنگدانەوەی لەسەر پلەی دەرکەوتنی نیشانەکانی خۆشەویستی دەبێت. نیشانەکانی خۆشەویستی لەسەر تاک ڕەنگدانەوەی ڕۆشنبیری و شارستانیبوونێتی. بە شێوەیەکی گشتییش، نیشانەکانی خۆشەویستی لەسەر تاکەکانی کۆمەڵگە ڕادیکاڵە "پارێزگار"، تەقلیدییەکان زیاتر لە کۆمەڵگە کراوە هاوچەرخەکان دەر دەکەوێت، چوونکە بوونی دیواری قەدەغە و عەیبە و دووریی مەودای نێوان ژن و پیاو، شەیدایی و حەزی قەدەغەکراو و دراماى کۆتوبەندەکان کاریگەرییان لەسەر ناخ و دەروونی ئەویندار زیاتر دەبێت، بێگومان ئەمانە لە کۆمەڵگەی هاوچەرخ و ئازاددا بەو جۆرە نین، کە تیایدا هەست و سۆزەکان و ژوانی ئەویندارانن و ئاوێزانبوونیان بەخێرایی دەگۆڕدرێنەوە، بۆیە بەدڵنیاییەوە نیشانەکانی خۆشەویستی لەسەر تاکی خۆرهەڵاتی لە کۆمەڵگەی خۆرهەڵاتیدا زیاتر لە تاکی کۆمەڵگەی خۆرئاوایی دەر دەکەوێت.

بۆچی ئەویندارن سوورن لەسەر خۆشەویستیی زیاتر و ژوانی زیاتر؟

یەکێک لە نیشانەکانی خۆشەویستی تێر نەبوونە لە خۆشەویست.

توێژەر هۆک (Hauck) 1993ئەو حاڵەتە بە سروشتێکی گشتیی مرۆڤەکان دەبینێت، کە لە ئەویندارى و ئەشقدا زیاتر ڕوون دەبێتەوە و دەر دەکەوێت، چوونکە ئاشقیش وەک خووگرتوو وایە چەندە لە ماددە هۆشبەرەکە بەکار بێنێت داوای زیاتر دەکات بۆ ئەوەی خۆشحاڵتر بێت و نەشئەی زیاتر بیگرێت. لە سایکۆلۆژییەتی هەموو ئاشقێکیشدا ترسێک لە بێبەریبوون هەیە، ئاشق ئاوێزانبوونی ئەشق و چێژی جەستەیی زیاتر و زۆرتری دەوێت بۆ ئەوەی ئەو ترسی بێبەریبوونەی کەمتر بکاتەوە، دیارە ئاشقان لە ژواندا بەیەکتری دەگەن و دواتر یەکتری جێ دەهێڵن، بۆیە لە ساتەوەختی ژوانەکەدا هێندەی سۆزداری و ئاوێزانبوون دەوێت، تا بۆ ژوانی داهاتوو بۆی ببێتە مایەی ئارامگرتن، بەلام داواکردنی بڕی زۆرتر سروشتێکی منالانەیە، ئاشقیش منالێکە خۆشەویستیی زیاتر و زۆرتری دەوێت، تا وای لێ دەکات بە پێوەری "بڕ" هەستی پێ دەکات نەک جۆر.

ئایا حەزی سێکسی لە کەسێک بەڵگەیە بۆ خۆشویستنی؟

پرسەکە پراوپڕ بەم جۆرەیە، مەرج نییە حەزی سێکسیمان لە هەرکەسێک بوو ئیتر مانای وایە خۆشمان دەوێت. بەلام هەرکەسمان خۆش ویست بێگومان حەزی سێکسیمان بۆی دەبێت، کەواتە ئەم پرسە بۆ ئەوەی حەز و خواستی سێکسی لە خاڵی خۆشەویستییەوە بێت، دەبێ مرۆڤەکە هەست بە سۆز و شەیداییەکی زۆر بکات بۆ خەسلەت و سروشت و بیرکردنەوەی ئەو کەسە، دواتر حەز و ئارەزووکردنی سێکسی، بەلام دەشێت پرسەکە بە پێچەوانەیشەوە ڕوو بدات، واتە حەز و ئارەزووی سێکسی ببێتە سەرەتای خۆشەویستییەکە. مرۆڤەکان لە زۆرینەی بارەکاندا لە ڕێی ڕەمەکەوە پێک دەگەن، بەو جۆرەیش بە چاو چاوەکان و جەستەیش دەبینرێت و لەئاکامدا حەز و

ئـارەزوو دروسـت دەبێت و دەبێتـە هـۆکاری ناسـینی کەسـێک و نزیکبوونـەوەی لێـی و ڕەنگـە بـەو جۆرەیـش خۆشەویسـتی بـۆ خـودی کەسـەکە دروسـت بێت نـەک تەنهـا بـۆ جەسـتەی.

کەواتـە حـەز و خواسـتی سێکسـیی ئاژەڵـی لـە مرۆڤـدا ڕەنگـە بەهێـز و دڕندانـە بێـت و بتوانێـت بیخاتـە وەهمـی ئاشـقبوونەوە، بـەڵام ڕاسـتییەکەی حـەز و ئارەزووکردنـە نـەک خۆشەویـستی. زۆرێـک لـە خەڵکی کۆمەڵگەی خۆرهەڵاتیمـان لـەو بڕوایـەدان هـەر لـە یەکـەم بینینـەوە کەوتوونەتـە خۆشەویسـتییەوە و بـە هـۆی ئـەو ورووژانـە ناوەکییـەوە هاوسـەرگیری دەکـەن، بـەڵام دوای ئـەوەی حـەز و ئارەزووەکەیـان بـەدی دێـت تووشـی شـۆک دەبـن، کـە ئـەوەی کردوویانـە خۆشەویسـتی نەبـووە. سـێکس پێویسـتی و هـاوکات خاڵێکی بنچینەییـە لـە سۆزداریدا، بـەڵام بۆ خۆشەویستی دەبێ ڕادەیـەک قەناعـەت بـە خـودی کەسـەکە هەبێت نـەک خواست و ئارەزووکـردن لـە جەسـتەی.

بێگومـان ناتوانین نکووڵـی بکەیـن، کـە خەڵکانێکی ڕەمەکی هـەن پێیـان وایـە خۆشەویسـت دەبێ کەسـێک بێـت پێـش هـەر شـتێک توانـای وروژاندنـی و تێرکردنـی سێکسـیی هەبێـت، ئیتـر سـیفەت و خەسـڵەتەکانی تـر زیادکـراون، کەواتـە، سـێکس و خۆشەویسـتی پێکەوە گرێ دراون و جیاوازیی تاکە کەسی هەیە لەوەدا، کە کامیان لەپێشـدان؟ کامیـان گرنگتـرن؟ دەشـێت جـۆری خۆشەویسـتییەکە هـاوکات جـۆر و قەبـارەی حـەز و ئارەزووکردنـی خۆشەویستەکە دیـاری بکات(1993Kalichman).خەڵـک هـەن زۆر بـە پاکـی و بێگـەردی ئەوینداری دەکـەن و جەسـتەی ئەویندارەکەیـان دەخەنـە دەرەوەی بازنـە، خەڵکـی تریـش هـەن زۆر بـە حـەز و خواسـتی گەرمـی سێکسـییەوە مامەڵـە لەگـەڵ خۆشەویسـتیدا دەکـەن و کارەکە دەگاتـە پەرسـتنی سێکس لـە بازنـەی خۆشەویستیدا، وەک لـە نەریتـی کۆماسـترای هیندیـدا دەکرێت.

بۆچی بۆ ئاشقوونی کەسێک دەڵێین کەوتۆتە ئەشقەوە؟

کەوتـن واتـە بەربوونـەوە و هەندێـک جاریـش کەوتنەکـە لەنـاکاو و زیانیشـی بـەدواوە دەبێت. دیـارە ناوترێـت کەسـەکە "چووەتـە خۆشەویستییەوە"، چوونکە خۆشەویستیی سـەرتاپاگیر و گـەرم" حاڵەتێکی زۆر جـوان و خۆشـە و تـەواوی کەسـەکە دادەگرێـت و هاوسـەنگیی تێک دەدات و تووشـی شـۆکی دەکات و کاریگەریـی لاوەکیـی بـۆ دروسـت دەکات، کاریگەریـی پڕاوپڕ وەک کەوتـن و بەربوونـەوە.

ئایا غیرەکردن یەکێکە لە نیشانەکانی خۆشەویستی؟

لـە بەشـی نەخۆشـییەکانی خۆشەویسـتیدا زیاتر بـاس لـە غیرەکردن دەکەیـن، بـەڵام لێـرەدا تەئکیـد دەکەینـەوە کـە غیـرەی ئاسـایی مامناوەنـد گەواهیدەرێکـی ڕاسـتگۆیە لەسـەر خۆشەویسـتی و نیشـانەیەکی سروشـتییە بـۆ ئـەو هەسـتە زۆر جوانـە، غیـرە وەک نیشـانەیەکی سـۆزداریی خۆشەویسـتی دەپارێزێـت و گەرموگـوڕی دەکات، لێکۆڵینەوەکانیـش دەڵێـن پەیوەندیـی سـۆزداریی ئەوانـەی غیـرە دەکـەن درێژخایەنتـر و پێگەیشـتووترە لەوانـەی هیـچ غیرەیەکیـان نییـە(1986Mathes).

غیـرە پەرچەکردارێکـی سروشـتییە لەئاکامی ترسـی لەدەسـتدانی خۆشـەویست، بەتایبەتـی لـە حاڵەتی بوونـی ڕکابەر "ڕەقیب"ێکدا، کە بکەوێتـە سـەرنجدان و سـەرنجڕاکێشـانی خۆشەویسـت و هەوڵـدان بـۆ ئـەوەی لەدەسـتی ئاشـقی دەر بهێنێت. هەسـتکردن بەمەترسـی لەسـەر خۆشەویسـت و ئەویندارییەکـە و بوونـی پەرچەکـرداری غیـرە هـاوکات تووڕەیـی و هەڵسـوکەوتی بەرگریکردنیشـی لەگەڵـدا دەبێت. واتـە بـە ڕوونـی و جیـددی ڕاگەیاندنێکـە بـەوەی

خۆشەویستی ماوە و نیشانەیەکی ڕاشکاوانەیشە بۆ بوونی سۆزی خۆشەویستی.

ڕاستە ئەو کەسەی لە خۆشەویستیدایە ئەگەری ڕەتاندن"ئیستیغلال" ی لێ دەکرێت؟

بێگومان خۆشەویستی وا دەکات مرۆڤ، یەکەم: نەتوانێت حوکم بە عەقڵی بکات، بەڵکوو بە سۆز و عاتیفە حوکم بکات، دووەم: ئەویندار هەمیشە لە هەوڵی ئەوەدایە لەسەر حیسابی بەرژەوەندییەکانی خۆی دڵی خۆشەویستەکەی قاییل بکات، سێهەم: ئەویندار ئامادەیە هەموو بەڵگەیەک بێنێتەوە بۆ سەلماندنی خۆشەویستییەکەی بۆ ئەویندارەکەی و قوربانیدان لەپێناویدا، بۆیە کەسی ئاشق و ئەویندار ئەگەری ئەوەی لێ دەکرێت لەلایەن خۆشەویستەکەیەوە بڕەتێنرێت و بەگەڕ بخرێت، بەتایبەتی ئەگەر خۆشەویستەکەی زیرەک، بەلام هێندەی بەرامبەرەکەی هەستی نەبێت و بیەوێت ئاشقەی بڕەتێنێت و چۆنی بوێت بەگەڕی بخات.

ئەوینداری ئەشق بێسنوور، ڕەنگە هەرچیی موڵکیشی هەیە بیکات بە ناوی خۆشەویستەکەیەوە، لەپێناویدا تەنانەت دزییش بکات، بەلام ڕەتاندن و بەگەڕخستنی دیار و گەورە لە خۆشەویستیدا هەوڵدانە بۆ گەیشتن بە جەستەی ژن و چێژوەرگرتن لێی. لێکۆڵینەوەی زۆر لەبارەی ئەو کچانەوە کراوە کە پەردەی کچێنییان لەدەست داوە، یان دووگیان بوون و دەر کەوتووە کچ بە هۆی کاریگەریی بە نیازی خراپبەکارهێنانی هەستی خۆشەویستییەوە لەلایەن پیاوەوە و هاوکات بە هۆی کاریگەریی لەسەر هەست و سۆزی، ئیرادەی خۆی لەدەست داوە و ڕادەستی بوون (Valentin 1992).

پەیوەندیی هەستی خۆشەویستی بە ئارەزووی سێکسییەوە چییە؟

ئیبن سینا سەلماندوویەتی، کە هەستە مرۆییەکان، یەکەمیشیان خۆشەویستی، پەیوەندییان هەیە بە ناوچەی سینگەوە، واتە دڵ و هەردوو سییەکان، هەستە ڕەمەکییەکانیش پەیوەندییان هەیە بە خوارەوەی جەستە، واتە کۆئەندامی زاوزێ. ئەو پێی وایە نابێت مرۆڤایەتیی ئادەمیزاد و ڕەمەکەکانی زۆر تێکەڵ بە یەک بکرێن، بەڵام لێکۆڵینەوە دەروونناسییەکان لەبارەی خۆشەویستی و سێکس و ئەزموونەکانی ژیانیش پێمان دەڵێن، خۆشەویستی و سێکس دوو ڕووی یەک دراون، هەندێک پێیان وایە ئەگەر تەنها جەخت لە خۆشەویستییش بکەینەوە، بۆمان دەر دەکەوێت خۆشەویستییش هەستێکی ئاڵۆزی پڕ لە حەز و خواست و ناسکی و نەرمونیانی و بەخشندەیی و وەرگرتن و پێکەوەبوونە، بە هەژمارێکی ئاسان دەبینین هەموو ئەوانە پرسی سێکسین(Giles 1995).فرۆید و چەندین توێژەری تری واقیعبین پێیان وایە پەیداکردنی هاوبەشێک بۆ بەدیهێنانی خواستە سێکسییەکان یەکێکە لە هۆکارەکانی ئەویندارییکردن، هەرچەند فرۆید زیادەڕۆیی کردووە لەوەدا، کە خۆشەویستی بە وەهم و پەردەپۆشکردنی حەز و ئارەزووە سێکسییەکان دادەنێت.

لایەنی میانڕەو پێی وایە ئێمە حەز و ئارەزووی سێسکیمان بۆ ئەو کەسە زیاترە، کە خۆشمان دەوێت. جیاوازیی نێوان هەموو وێنەکانی خۆشەویستیی وەک: خۆشەویستی دایک، خۆشەویستی خوشک و برایەتی...هتد لەگەڵ خۆشەویستی ژن و پیاودا تەنها حەزە سێکسییەکەیە. حەزی سێکسیمان بۆ ئەو کەسەی خۆشمان دەوێت، قۆناغێکی سروشتییە لە هەموو مرۆڤێکی ئاسایی و سروشتیدا، لەگەڵ پێکەوەبوون و متمانە و خۆشەویستی و هەستکردن بە هاوڕێیەتی و دڵنیایی و ئارامیدا پەرە دەسێنێت و دواتریش سێکس دێتە مەیدان و ئەو پەیوەندییە تەواو دەکات، لە پەیوەندیی نێوان دوو کەسی پێگەیشتوودا سێکس یەکێک دەبێت لە تێربوونەکان و ئامانجە سۆزدارییەکان.

ئەوانەی ڕاوبۆچوونی ڕەمەکییان هەیە لە خۆشەویستیدا، دەڵێن خۆشەویستی دیاردەیەکی ژیاریی پەرەسەندووە و سێکس بنچینەکەیەتی، ئەگەرچی واش بڵێین، بەڵام ئەمە خاڵێکە زۆر باشە و دەخرێتە سەر حاڵەتە مرۆییەکەی ئادەمیزاد، کە هەرچەندە بە هۆکاری ڕەمەکی مانەوە و زۆربوون هەوڵ و تەقەلای سێکسی دەدات، هەرچەند وەک ئاژەڵیش ئەو هەڵپەیە دەدات، لێ دەیەوێت هاوبەشی سێکسیی هەندێ سیفەت و خەسڵەتی دەروونی، عەقڵی، سۆزداریی تێدا بێت بۆ ئەوەی وەک پێویست لە ڕووی سێکسییشەوە تێری بکات و نەوەیش بخاتەوە. بێگومان چەندین جیاوازیی زایەندییش دەبینین، پیاو سێکس لە خۆشەویستی گرنگتر دەبینێت و ژنیش بە پێچەوانەوە، ئەو جیاوازیانەیش دەرەنجامی جیاوازییە فسیۆلۆژی، جەستەییەکان و هاوکات دەرەنجامی جیاوازییەکانە لە پەروەردەدا، بەڵام ئەگەر هەردووکیان، ژن و پیاو دوو کەسی ئاسایی و سروشتی بن جیاوازییان نابێت لە ڕوانیندا بۆ خۆشەویستی و سێکس وەک بنچینەی پەیوەندییەکی ڕاستودرووست. مرۆڤی سەردەمی و

هاوچەرخ - بەتایبەتی – زۆر بەباشی دەزانێت سێکس فەراهەم کراوە، بەلام بەبێ خۆشەویستی مردووە، چوونکە بنچینەی سەقامگیری و ئارامیی پەیوەندیی نێوان ژن و پیاو بریتییە لە رێککردنی هاوکێشەکە بە بوونی سێکس و خۆشەویستی پێکەوە. (Kelley1987) ، (1980Kumar).

کامیان هۆکاری کامیانە: خۆشەویستی دەبێتە هۆی سێکس یان بە پێچەوانەوە؟

هەستکردن بە خۆشەویستی وەک پێویستییەک سێکس دێنێتە ئارا - بێگومان لای گرووپی سروشتگەراکان -چوونکە چەند حاڵەتێکی کەم هەبووە - کە ئێستا دەگمەنە – خۆشەویستی هێندە باڵا بووە هەرگیز خواستی جەستەیی لەگەڵدا نەبووە و بە خۆشەویستیی پاک و بێگەرد ناسراوە.

بەلام خۆشەویستیی ئاسایی نێوان ژن و پیاو[1] بە هەستێکی سۆزداریی سەرسامبوون بە کەسێتی و رەفتاری یەکتری دەست پێ دەکات، دواتر ئەم فۆرمە خواستی سێکسی دێنێتە ئارا، بەلام حەز و خواستی ئاژەلانە بۆ سێکس مەرج نییە هەستکردنی خۆشەویستیی بەدواوە بێت، هەندێک جار روو دەدات دوای پێکسەرسامبوونی سێکسی یان جەستەیی، یان دوای ئەنجامدانی سێکس جۆرێک لە ئولفەت و سەرنجراکێشان بێتە ئارا، کە هەستی خۆشەویستی بەدوایدا بێت(1994Giles).

کامیان، ژن یان پیاو خۆشەویستی لە سێکسدا بە پێویست دەزانن؟

لەو تێبینیە جوانانەی لە توێژینەوەکاندا پێیان گەیشتووم،

---

١ مەبەست لە ژن و پیاو نێر و مێیە نەک دوو هاوسەر/وەرگێڕ.

بەراوردی نێوان دوو لێکۆڵینەوەیە، کە نموونەی دیاری نێو هەموو ئەو لێکۆڵینەوانەن لە کاتی خۆیاندا کراون. لێکۆڵینەوەیەکیان ساڵی ١٩٦٤ و ئەوی تریان لە ١٩٩٤دا کراوە، جیاوازیی ئەوسی ساڵەی نێوان هەردوو لێکۆڵینەوەکە بەم جۆرەیە: لە لێکۆڵینەوەکەی ساڵی ١٩٦٤ توێژەر ڤیلز (Velz1964) دا، ژنان لە پیاوان زیاتر لایەنگیری ئەوە بوون، کە خۆشەویستی لە سێکسدا پێویستە، لە هەمان لێکۆڵینەوەی"ڤیلز"دا دەر کەوتووە کچان و کوڕان لەوانە زیاتر خۆشەویستییان بۆ سێکس بە پێویست دەزانی، کە هاوسەرگیرییان کردبوو. لە لێکۆڵینەوەکەی توێژەر (هۆنگ ١٩٩٤) و چەند توێژەرێکی تریشدا دوای سیساڵ لە توێژینەوەکەی "ڤیلز"، دەر کەوت هەردوو ڕەگەز خۆشەویستییان بۆ سێکس زۆر بە گرنگ زانیوە، تا ئەوپەڕی چێژ و خۆشیی لێ وەربگیرێت.

کەواتە مرۆڤی هاوچەرخ، ئێستا لە ڕەمەک و مرۆڤایەتیی خۆی زیاتر تێگەیشتووە و لەگەڵ ئەو تێگەیشتنەیشدا هێشتا لە بەرەنگاری واقیعی دەستەربوونی سێکسە لە ژیاندا نەوەک تێربوونی دەروونی لەگەڵ تێربوونە سێکسییەکەدا، بۆیە دەبوو لەمیانەی پێکەوەگرێدانی لایەنی ڕەمەک و سۆزەکانی بە عەقڵ و ڕۆحییەوە لایەنی مرۆڤایەتیی مرۆڤ باڵاتر ببرێت. ئەو ئاراستەیەی ساڵانی نەوەدەکان ئاراستەی ڕاستودروستە و هەموو ڕەمەکانمان لە خۆشەویستیدا تێرتر دەبن، تەنانەت تاموچێژی خۆراکیش دەگۆڕێت ئەگەر لەگەڵ کەسێکدا بیخۆیت، کە خۆشی دەوێیت وەک لەوەی لەگەڵ کەسێکدا بیخۆیت ڕقی لێت بێت.

ئایا تەمەنێک هەیە مرۆڤ تیایدا پێویستیی بە سێکس بێت بەبێ خۆشەویستی؟ یان بە پێچەوانەوە؟

لە هەموو تەمەنەکاندا، لە بوونی مرۆڤەوە بە ڕەگەزی نێر و مێ هەردوو پێویستییەکە هاوڕەوتی یەک بوون، بێگومان ناتوانین نکوولی بکەین هەلچوونی گلاندە سێکسییەکان لە قۆناغی پێگەیشتندا وا دەکەن پالنەرە سێکسییەکان لە پالنەرە سۆزدارییەکان بەهێزتربن، بەلام تەنانەت هەرزەکاریش پێویستیی بە سۆز هەیە، هەروەها دەبینین لەگەل پێگەیشتن و گەیشتندا بە قۆناغی لاوێتی هەردوو پرسەکە وەک یەکیان لێدێت، پێویستی بە خۆشەویستی زیاتر لە سێکس خەسلەتی چوونە نێو تەمەنەوەیە، بەلام هەردوو پرسەکە، واتە خۆشەویستی و سێکس هەتا مردن پێکەوەن، ڕەنگە پیری وای کردبێت ئەو باوەڕە بێتە ئاراوە، کە کەسی بەتەمەن پێویستیی بە سێکس نەبێت، لە کاتێکدا واقیعی توێژینەوەکاری سەلماندوویەتی، کە پیریش لە دەروونەوە چەندە پێویستیی بە سێکس هەیە هێندەیش پێویستیی بە خۆشەویستی هەیە و بەبێ سێکس نەخۆش دەکەوێت ئەگەرچی خۆشەویستییەکی زۆریشی پێ درابێت (1982Moller) (1982Capuzzi ، (1985Dzeyfus and Alla)،)

وێنەکانی تری خۆشەویستی

دەکرێت مرۆڤ زیاتر لە جۆرێک خۆشەویستی بکات؟

بەڵێ، دەکرێت کەسێک خواست و هەستکردنی بە زیاتر لە جۆرێک خۆشەویستی هەبێت، وەک ئەوەی ئەشقێکی زۆری بۆ هاوسەرەکەی هەبێت، هاوکات جۆرێک لە ئاژەڵانیشی زۆر خۆش بوێت[1]، دیارە جیاوازییەکی زۆر لەنێوان ئەو دوو خۆشەویستییەدا هەیە، بەڵام ئێمە باس لە وردەکارییەکانی خۆشەویستی دەکەین. خەڵکمان بینیوە ئەشق و خۆشەویستییەکەی هێندە پڕ بووە لە پەرۆشی و شەیدایی نەیانتوانیوە بەبێ ئاژەڵەکە بژی، گەرچی ئەم نموونەیە زیاتر بەسەر مرۆڤی خۆرئاواییدا بەرجەستە دەبێت، بەڵام حاڵەتی جووت خۆشەویستی (Bisexuality)واتە خۆشەویستیی ژن و پیاو بۆ خۆشەویستیی سۆزداری و سێکس لە هەمان کاتدا، لە بازنەی حاڵەتە جیهانیەکاندایە کە لە هەموو سەردەمێکدا هەیە.

هەروەها دەبینین مرۆڤ لەگەڵ گەشەکردنیدا جۆری ئەو خۆشەویستییەی لا دەگۆڕێت، کە هەستی پێ دەکات. گۆڕانیش لەگەڵ پێگەیشتن و هەلومەرجدا پرسێکی حەتمی و لە سروشتی خودی مرۆڤدایە لە هەموو شتێکدا، مرۆڤ حەزی بۆ ڕەنگەکان،

---

١ نووسەر لێرەدا باس لە سەگ دەکات، بەڵام بەندە پێم باش بوو گشتگیرتر بێت بۆیە ئاژەڵم بەگشتی دانا/وەرگێڕ

بۆ پۆشاک و جلوبەرگ، تەنانەت لە بیروباوەڕە سیاسی و ئابووری و ڕەنگە ئایینیەکانیشدا بگۆڕێت، ئەوە شتێکی لۆژیکییە لەگەڵ گەشەسەندنیدا وێنەکانی خۆشەویستییشی گۆڕانیان بەسەردا بێت. هەندێ گۆڕان هەن بە سروشتی و قبوڵکراو دەبینرێن، چوونکە لە چوارچێوەی گشتیی باوی ژیاندا ڕوو دەدەن، گۆڕانکاریی تریش هەن ڕەنگە تا ڕادەیەک بەلامانەوە نامۆ بن و خۆمانی لێ دوور بگرین، وەک ئەوەی کەسێک ئەشقی هاوسەرەکەی بگۆڕێتەوە بە خۆشویستنی بیروباوەڕێک لە بیروباوەڕەکان.

هاوڕەگەزبازی (Homosexuality)چییە ؟

بیروباوەڕی باو لەبارەی هاوڕەگەزییەوە بریتییە لە حەزی ئەنجامدانی سێکس لەگەڵ هاوڕەگەزدا[1]. ئەگەر حەزی سێکسی بگاتە ئەو ئاستە، یەکێک لەو دووانە ڕۆڵی ئەرێنی و ئەوی تریان ڕۆڵی نەرێنی ببینێت و زۆر جاریش ڕۆڵەکان دەگۆڕدرێنەوە و پێچەوانە دەبێتەوە.

ڕاستیەکەی هاوڕەگەزبازی تەنها ڕەفتارێکی زایەندی نییە، چوونکە پێم وایە سێ جۆر هاوڕەگەزبازی هەیە: هاوڕەگەزبازیی تەواو، واتە حەزی ئەنجامدانی سێکس بەبێ سۆزداری، وەک کاری سێکسیی پیاو لەگەڵ هاوڕەگەزیدا. هاوڕەگەزبازی سۆزداری، کە پەیوەندییەکە خۆشەویستی و حەزی سێکسیشی تێدایە، لە بنچینەدا هاوشێوەی هەر جۆرە پەیوەندییەکی خۆشەویستییە لەنێوان ژن و پیاودا، فرمێسک، شەیدایی، ناسۆرکێشان و حەز و ئارەزووی تێدایە. هاوڕەگەزبازی سۆزداریی تەواویش هەیە،

١ پیاو لەگەل پیاو، ژن لەگەڵ ژن، کە زاراوەی میللی بۆ یەکەمیان بە هەتیوبازی و دووەمیشیان، تا ئەم ساتە لەبەر زۆر دەگمەنیی دیاردەکە لە کۆمەڵگەی کوردیدا پێم وایە زاراوەیەکی کوردیی گونجاوی بۆ دانەنراوە، یان بەندە بەرچاوم نەکەوتووە/وەرگێڕ

واتە ئەشق و خۆشەویستیی پیاو بۆ پیاوێکی هاوڕەگەزی خۆی و ژنیش بۆ ژنێکی تر خۆشەویستییەکی تەواو ڕۆمانسیی بەدەر لە حەزی سێکسی.

ئەوانەی تەقلیدییانە بیر دەکەنەوە لەو بڕوایەدان هاوڕەگەزبازی، هەرکامێکیان بێت، دەگەڕێتەوە بۆ کێماسی و کەموکورتییەکی ئۆرگانی یان هۆرمۆنی، لێرە و لەم ڕاڤەیەشدا بۆ دیاردەکە تێکەڵکردنێک هەیە لەنێوان گۆڕانی ڕەگەزی و هاوڕەگەزبازیدا. لێکۆڵینەوە زانستییە هاوچەرخەکانیش تەئکید دەکەنەوە کە هاوڕەگەزبازی ڕەفتاری کەسانێکن لە ژن و پیاو، کە هیچ کەموکورتییەکی فسیۆلۆژییان نییە.

هاوڕەگەزبازی – لە زۆر باردا – ڕەفتارێکە ڕەگوریشەی دەروونیی هەیە و پەیوەندیی بە دایک و باوکەوەو ڕۆڵی گەورە دەبینێت لە پێکهاتنیدا، نموونەی دایکێکی زاڵ و تووڕە، کە منداڵێک وا پەروەردە دەکات، کە نموونەی پیاوبوونی تێدا دەشێوێنێت، بەتایبەتی ئەگەر منداڵەکە لە حاڵەتی ڕەتکردنەوەی باوکیدا بێت، بێتوانایی لە خۆگونجاندن لەگەڵ شەڕەنگێزیی هاوڕێیانی منداڵی و زیاتربوونی ئەزموونی گاڵتەپێکردن و تۆمەتبارکردنی مێیەنەیی و نێرینەیی بەدوادا دێت. تاقیکردنەوەی ڕەگەزی بێت یان ناچارکردنێک لە منداڵیدا، ڕەنگە ئەو ڕەفتارە و هەروەها گەمەکردن لەگەڵ ڕەگەزی بەرامبەردا (کوڕ لەگەڵ کچ و بە پێچەوانەیشەوە) ڕۆڵی گەورەی دەبێت لە مەیلداری بەلای نەرم وناسکبوون وەک مێینە و پێچەوانەکەیشی وەک پیاو، چەندین هۆکاری تریش کە تایبەتن بە هەریەک لە حاڵەتەکان.

ئەوەی بە شێوەیەکی بنەڕەتی بەلای ئێمەوە گرنگە، ڕەفتاری سۆزدارییانەی ئەو توێژەیە، ئەو تاکەی هەڵگری دەروونی بەرامبەرە ڕەنگە هەموو سیفەتەکانی ڕەگەزی بەرامبەری تێدا بێت، دەبینین ئەو پیاوەی ڕۆڵی ژنێک دەپۆشێت، کە ئاشقی

پیاوێکی تره، پیاوێکی نەرمونیان، ناسک، ئەشکرێژ، خاوەنی خۆشەویستی و ئەشقێکی زۆره، ئەو پیاوەیش ڕۆڵی ئەرێنی دەبینێت لەگەڵ پیاوەکەی بەرامبەریدا وەک خۆشەویست حوکم دەکات، شەیدایه و ڕەخنه و گلەییشی هەیه.

سۆزداری هاوڕەگەزخوازان جیاوازییەکی ئەوتۆی لەگەڵ سۆزداریی خۆشەویستیی پیاو بۆ ژندا نییه، ژنانی هاوڕەگەزبازیش بە هەمان شێوەن، بگره ئەمان لە دەرەنجامی فشاره کۆمەڵایەتییەکان و ترس لە سزا کۆمەڵایەتییەکان، کارەکەیان زەحمەتتر دەبێت و هاوکات لەو سۆزه قەدەغەکراوەیاندا زیادەڕۆیی دەکەن. لە ئەزموونی خۆمەوه حاڵەتێکی لەو جۆرەی پەیوەندیی هاوڕەگەزیم بینیوه، کە پڕ بووه لە شەیدایی و حەسرەت و هەموو نیشانه و کورد واتەنی گلەیی و بناشتی خۆشەویستیی ئاسایی تێدا بووه.

کەسی تەواو هاوڕەگەزخواز، سۆزداریی بۆ کەسێکی هاوڕەگەزی خۆی دەبێت و ناتوانێت نه خۆشەویستی و نه پەیوەندیی لەگەڵ ڕەگەزی بەرامبەریدا هەبێت، ڕەنگه هەندێکیشیان بەبێ پەیوەندی بمێننەوه، دەشێت هەندێکیشیان لەپێناوی هۆکاری کۆمەڵایەتی و بێزاری و قەڵسبوون لە هەڵسان بەو ڕۆڵه سروشتییه، بەناچاری هەوڵی پەیوەندیبەستن بدات.

دوو ڕەگەزبازی (Bisexuality) چییه؟

بریتییه لە حاڵەتی خواست و مەیلی سۆزداری و سێکسی بۆ هەردوو ڕەگەز، واته پیاو حەز و ئەشقی بۆ ژن و پیاویش لە یەک کاتدا هەبێت و ژنیش بە هەمان شێوه حەز و ئەشقی بۆ ژن و پیاویش هەبێت.

بڕوایەکی هەڵەیه گەر بگوترێت لە دووڕەگەزبازیشدا وەک هاوڕەگەزبازی تەنها حەز و مەیلدارییەکی سێکسی هەیه،

چوونکە پرسی سۆزداریی دووڕەگەزبازی لەبارەی سێکسەوە لە هاوڕەگەزییەکە بەهێزترە، بەڵام لە دوو ڕەگەزخوازیی سێکسیدا ڕەنگە سۆز بۆ هەردوو ئەو کەسە هەبێت، کە پەیوەندیی لەگەڵیاندا هەیە، یان سۆزی بۆ یەکێکیان هەبێت و حەزیی سێکسییش بۆ ئەوی تریانیان سۆز و حەز و ئارەزووی سێکسیش بۆ هەردووکیان، حاڵەتی زۆرم بینیوە، کە دەر کەوتووە ژن هاوبەشێکی تری نێرینە (دۆست) هەیە و دەر کەوتووە بۆ ژنەکە تا چ ئەندازەیەک شۆک بووە، بەڵام هاوکات قەبارەی پەیوەندی و سۆزدارییەکەیش لە دڵی ئەو کەسەدا کە دووڕەگەزباز بووە. بنچینەی دووڕەگەزبازی بەتەواوی دەروونییە و ڕەنگە بشگەڕێتەوە بۆ بێسەرەوبەرەیی و نادڵنیاییی لە ئاراستەی زایەندی لای تاک، بەتایبەتی ئەگەر کەسەکە (کوڕ یان کچ) لە قۆناغی منالی و هەرزەکاریدا لەگەڵ هاوڕێکانیدا سێکسی کردبێت، بۆیە ئەگەر هەستکردن بە چێژ و خۆشی لەئارادا بێت ئەو بێسەرەوبەرەیی و نادڵنیاییە لە ئاراستە سێکسییەکەدا بەردەوام دەبێت و دواجاریش ڕەفتاری دووڕەگەزبازی دەر دەکەوێت. گەرچی زۆر جار دووڕەگەزبازییش، وەک پێشتر وتمان، وەک هاوڕەگەزبازی پەردەیەکی کۆمەڵایەتی دەبێت، چوونکە بۆ خۆپاراستن لە سزای کۆمەڵایەتی پیاو پیاوی خۆش دەوێت، بەڵام هاوسەرگیری لەگەڵ ژندا دەکات.

لە زۆر جاریشدا دووڕەگەزبازی خواستی تاقیکردنەوە و بەئەزموونکردنی هەموو شتێکە و بریتییە لە ئەنگێزە، یان خەسڵەتی کەسێتیی دووڕەگەزخواز و ڕەنگە ڕەفتارەکەیش " دووڕەگەزبازییەکە" بنچینەکەی سەرسامبوون بێت. دەبینین پیاوەکە ژنی هەیە، بەڵام سەرسامە بە توانا و جوانی و ژیریی پیاوێکی تر و سێکس لەگەڵیدا دەبێتە گوزارشتکردن لەو سەرسامبوونە.

پیاوی دوورگەزخواز ئەگەر سۆزداریی هەبێت ئەوا لەگەڵ لایەک یان هەردوو لادا مامەڵەی سۆزداری دەکات، هەر کاتیش زانرا پیاوێک دوورەگەزخوازە بێگومان دەکەوێتە ململانێی دەروونییەوە بۆ دەستبەرداربوون لە یەکێکیان و ئەوکات دەکەوێتە ژیانێکی هاوشێوەی ئاشقی لەئەویندارداب‌ڕاو.

ئاشقبوون بە مناڵ "مناڵبازی" Pedephilia چییە؟

ئاشقبوونی مناڵ خۆشەویستیی پاک و بێگەردی مرۆیی ناگەیێنێت، کە خۆشەویستییەکی خۆرسکانەیە، بەڵکوو ئاشقبوونی مناڵە هاوشێوەی ئاشقی پێگەیشتووان، کە سۆزداری و حەزی سێکسیی لەگەڵدایە.

ئەو کەسەی ئاشقی مناڵ دەبێت، ئەگەر نیازی گەیشتن بە سێکسکردنی هەبێت لەگەڵیدا، ڕەنگە زۆر بە وریایی و ئاگایی گەمەی خۆی بکات و بە بڕێک خۆشەویستی و دەستبازی و دیارییپێدان پەلکێشی بکات. ئەو جۆرە کەسانە زۆر بەکەمی بە پێکهێنانی سۆزدارییەوە دەوەستن، بەڵکوو هەستی خۆشەویستییەکەیان خواستی سێکسیی لەگەڵدا دەبێت، هەندێ لەوانە حەزیان لە تەمەنێکی دیاریکراوە، هەندێکی تریشیان هەر تەمەنێکی مناڵی بێت یان هەرزەکاری، هەندێک لەوانە ڕەگەزێکی دیاریکراوی وەک ئەشقی کیژۆڵە، مناڵی بچووک دەبن و هەندێکیشیان ڕەگەزی بەلاوە گرنگ نییە،هەندێکیان تەنها حەزیان لە مناڵێکی دیاریکراوە و هەندێکیش هەر مناڵێک بێت.

مناڵبازی لە هەموو کۆمەڵگەکاندا بڵاوە و بریتییە لە ئاشقبوون بە مناڵی بچووک. ئەوەی شیعرەکانی ئەبی نەواسی شاعیر بخوێنێتەوە شەیدایی خودی شاعیری بۆ مناڵ بۆ دەر دەکەوێت، کە هاوکات ڕەنگدانەوەی ئاراستەی سەردەمەکەیشێتی، دیارە ئاراستەیەکی تەنها ڕەمەکی نییە هێندەی سۆزدارییشە.

ئاشقبوون بە منداڵ ڕەنگە ڕەفتارێکی شەرەنگێزی بێت ئەگەر مەبەست لێی تەنها سێکسی بێت. ئەگەر سۆزدارییشی تێدا بێت، ڕەنگدانەوەی شکستە لە پێکهێنانی پەیوەندیی سروشتی لەگەڵ کەسانی گەورەدا. هەندێ لە منداڵبازان پێیان وایە جیهانی گەورەکان جیهانێکی پیس و پڕ لە ڕقوکینە و زۆر شتی تری تایبەتە بە پێگەیشتووان. لە کاتێکدا منداڵی واتە بێگەردی و بەرائەت و شایستەی خۆشەویستییەکی پاک و ڕەمەکێکی خۆڕسکییە. منداڵباز لەوانەیە لە کارێکدا خۆی مەڵاس دابێت، کە منداڵی زۆری تێدایە، وەک مامۆستایی، پزیشکایەتی. ئەگەر پرسەکە سۆزدارییش بێت، بێگومان سۆزدارییەکی مەترسیدار و ڕەتکراوە و مایەی تێکشکاندنی منداڵە بە درێژاییی تەمەنی، ئەگەر بگاتە سێکسکردن.

فیچیزم" حەزلەشتکردن" Fetishism چییە؟

فیچیزم، کە پێم باشە بە حەزکردن لە شتی ناو ببەم، بریتییە لە پەیوەستبوونی ڕەمەکی و سۆزدارییانەی مرۆڤ بە شتێکەوە، کە هیی کەسێکە نەک هۆگربوون بە کەسەکە خۆیەوە.

لە زۆر باردا پیاوێک حەز لە شتومەکی ژنێک دەکات نەک ژنەکە خۆی. هەندێک حاڵەتی فیچیزمی هاوڕەگەزبازییش هەیە، واتە پیاوێک لە ڕووی سۆزدارییەوە حەز لە شتومەکی پیاوێکی هاوڕەگەزی خۆی دەکات،بەڵام ئەمەیان کەمە. فیچیزم چەند پلەیەکی هەیە، فیچیزمی تەواو – واتە کەسێک نەتوانێت خۆشەویستی و پەیوەندیی لەگەڵ ڕەگەزی بەرامبەریدا بکات، بەڵکوو لەگەڵ کوڕەکانیدا ئەو پەیوەندییە ببەستێت، فیچیزمی بەشوکی، واتە کەسێک پەیوەست بێت بە کەسێکی تر و شتومەکەکانیشەوە لە یەک کاتدا، واتە پیاوێک ئاشقی ژنێک و پێڵاوەکانیشی بێت و حەز بکات لە کاتی خۆشەویستیدا بێت یان

سێکس، ئەو پێڵاوەی لەپێدا بێت.

فیچیزم لە زۆر باردا نەخۆشییەکی تایبەتە بە پیاوان و لە ژندا دەگمەنە. پیاوی لەو جۆرە ئاشقی شتگەلێکی دیاری ژنن ژنان دەبێت، وەک پێڵاوی پاژنەبەرز، کراسی خەوتنی حەریری، جلوبەرگی ژێرەوە و ...هتد. بەتایبەتی ئەو شتانەی لە پێستە دروست کراون، وەک جانتای دەست، پێڵاو، پووت. پیاوی فیچیزم لە زۆر باردا ئەو شتانە لە ژن دەدزێت ئیتر ژنی ناسراو بێت یان نەناس، یان ڕەنگە داوای لێ بکات، لێی بکڕێت، بێگومان سەرنجدان و ورووژانی زیاتر چێژ و خۆشیبەخش دەبێت بۆی.

زۆرێک لە توێژەران لەو بڕوایەدان فیچیزم تەنها ڕەفتارێکی سێکسییە. لە واقیعیشدا فیچیزمەکان ئاشقی ئەو شتانە دەبن خۆیانی پێ ڕەحەت دەکەن. هاوکات پەیوەندییەکی سۆزداریی زۆر تۆکمەیان لەگەڵدا دەبەستن، شەیدای دەبن، دەیپارێزن. لە قسەکردنمدا لەگەڵ کەسێکی فیچیزمیدا پێی وتم ئەو زۆر بەپەرۆشییەوە خواخوای تەواوبوونی ئیشەکەی و گەڕانەوەیەتی بۆ ماڵەوە، لەماوەی گەڕانەوەکەیشیدا بەدەم لێخوڕینی ئۆتۆمبێلەکەیەوە بیر لەو کاتە دەکاتەوە کە پێڵاوە سوورەکانی دەکاتە باوەشی و ماچیان دەکات. حەزی فیچیزمی لە شتەکان بێسنوورە و هەموو شتێک دەگرێتەوە، کە هیی ڕەگەزی بەرامبەری بێت. هەندێک جاریش کاتێک کەسی فیچیزم هەست دەکات ناتوانێت قسە لەگەڵ ئەو ژنەدا بکات کە خۆشی دەوێت و سۆزداریی خۆی بۆ بدرکێنێت، شتێکی لێ دەدزێت. گەر بشپرسین بۆچی ئەو ڕەفتارە دروست دەبێت، دەبینین پیاوی لەو جۆرە بە ڕێکەوت، یان بە ئەزموون خۆی بە چێژ و خۆشی وەرگرتن لە شتومەکی ڕەگەزی بەرامبەر بەستۆتەوە. ئەو منداڵەی دایکی بە کراسی خەوتنەوە دەبینێت و کاریگەری و ئاسەواری ئەو کراسە لەسەر چاوەکانی باوکی دەبینێت،

ئیتر لەناخیدا کراسی خەوتن بەورووژانەوە دەبەستێتەوە. بێگومان ئەو بەستنەوەیە ئامادەییەکی لە کەسێتی و تێکچوون و شپرزەیی پێکداچووی دەوێت، تا وەک ڕەفتاری فیچیزمی بەرجەستە دەبێت. لە ڕاستییشدا زۆرینەی فیچیزمییەکان تووشی ڕادەیەک لە (پارانۆیا، شیزۆفرینیا) هاتوون هەرچەندە فێرگەی دەروونشیکاری پێی وایە فیچیزمی دۆخی ئۆدیبیی یەکگرتنە لەگەڵ دایکدا بە یەکگرتن لەگەڵ شتێکی دایکدا بێت یان هاوڕەگەزەکانی(ژنانی تر).

کەسی فیچیزم زۆر شەرمن و خۆشنوودە، ڕەنگە شەرمنییەکەی هۆکاری بێتوانایی بێت لە درکاندنی سۆزداریی بۆ ژنێک، بۆیە تەنها چێژبینین لێیان و ماچکردنی پێڵاو یان کراسی خەوتنەکەی بەس بێت بۆی.

مەحرەمبازی Incest چییە؟

ئێمە وەک مرۆڤ، زۆرینەی ئەو وێنانەی ئەشق و ئەویندراری بە حاڵەتی ناتەندروست دادەنێین و ڕەتیان دەکەینەوە و بێزمان لێیان دەبێتەوە، بەڵام ئاشقبوون بە مەحرەمەکان لە هەموویان زیاتر ڕەتکراوەیە و بوونیشی سیستمی ئایینی، ئاکاری، مرۆیی و خێزانی تێک دەدات.[1] زۆرێک لە وێنە نامەئلوف و شێواوەکانی خۆشەویستی، کە ڕوو دەدەن، کێشە و قەیران دێننە ئارا، بەڵام ئاشقبوون بە مەحرەمەکان دەبێتە هۆکاری کارەسات بۆ مرۆڤ و خێزان و کۆمەڵگەیش بە شێوەیەکی ڕیشەیی، ئاخر چۆن دەبێ باوک ئاشقی کچی و برا ئاشقی خوشکی و دایک ئاشقی کوڕی

---

١ لەبەر ئەوەی زۆرینەی ئەو حاڵەتانە لە زمانی کوردیدا پاشگری" بازی "دانراوە، وەک منداڵبازی، مێبازی، بە باشم زانی بۆ هەموو حاڵەتەکانی تر، کە لەم کتێبەدا دەکەونە بەر دیدی خوێنەر، هەمان زاراوە بەو پاشگرە دروست بکەم، کە لە کۆمەڵگەی ئێمەدا هەندێکیان زۆر کەمن، یان دەگمەنن، بۆ نموونە مەحرەمبازی پیربازی ...هتد/ وەرگێڕ

خۆی بێت، ئەشقێک بگاتە ڕادەی سێکس لەگەڵدا کردن؟

هەموو کۆمەڵگەی مرۆڤایەتی تا ئەم ساتەیش نەریتی تایبەتی دیاریکراویان هەیە، کە مەیل و خواستی سۆزداری لەگەڵ مەحرەماندا: خوشک، دایک، کچ، پوور ..هتد قەدەغە "حەرام" دەکات. بوونی کەسێکیش کە ئەو سنوورە بە توندی حەرامکراوە بشکێنێت، ڕادەیەک لە کەموکورتییەکی کەسێتی و بەهاکانی پێویستە و بگرە دەبێ کەسی لەو جۆرە کێماسیی زۆری هەبێت. ڕاستە زۆرینەی ئەو حاڵەتانەی پەیوەندیی حەرامکراو کە کراون و دەر کەوتوون یان گیراون، بەسروشتی دەر دەکەوێت و بە شێوەیەکی سروشتییش ڕۆڵی کۆمەڵایەتیانە و پیشەیی بینیوە، بەڵام کەسێکی داخوراو لە ڕووی دەروونی و ئاکارییەوە، تا سەر ئێسک لەنێو ئەو چوارچێوە بەسروشتی بینراوەدایە. ئەگەر پەیوەندییەکە بەتەواوی بە مەبەستی ڕەمەکی بێت، ئەوا تەنها بەتاڵکردنەوەی نادروستی تووڕەیی یان ڕەمەکێکی سێکسییە. کەسی تووڕە لە ئاکامی چەوسانەوەدا کەسێکی هاوشێوەی خۆی دەوێت، کە ئەویش لە ناهەموارترین وێنەی ئازارچەشتندا بێت، ئاخۆ سێکسکردن لەگەڵ منالێکدا چ وێنەیەکی ئەو ئازارچەشتنە دەبێت؟ خۆ ئەگەر پەیوەندییە حەرامەکە سۆزداری بێت، واتە شتێکی هاوشێوەی شەیدایی سۆزداری بێت. ئەوا دەشێت برا ببینێت وا خوشکەکەی بەبێ چاودێری و سانسۆر بە چەندین بێبەریبوونی ترەوە لە بەرچاوی و لە نزیکیەوە پێ دەگات و گەورە دەبێت. ئەمیش وەک سۆزداریی هەر گەنجێک بۆ کچان سۆزداریی لە ئاستیدا بۆ دروست دەکات، کە دەشێت پەیوەندییەکی سۆزدارانەی زۆر لێکنزیکبوون بێت، وەک ئەوەی باوک هیچ هاوڕێیەکی نەبێت، یان کچەکە هاوڕێی کچی نەبێت و ئەمە بووبێتە هۆکاری درووستبوونی ئەو سۆزدارییە ڕەتکراوەیە.

مەسەلەکە کاتێک بەئازار و ئەوپەڕی کارەسات دەبێت، کە

پەیوەندییەکـە دوولایەنـە بێـت، چوونکـە هەردووکیـان دەزانـن لـە ڕەفتارێکی دەروونیی حەرامکراو، قەدەغـە، ڕەتکراوەدان لـە ڕووی ئایینـی و کۆمەڵایەتییـەوە، سـەرباری ئـەوەی دروسـت بوونـی ئـەو سـۆزدارییە لـە کەسـێتیی هەردووکیـان کـەم دەکاتـەوە، ئەگـەر پێش سـۆزدارییەکە کەموکورتییەکـە بوونـی نەبووبێـت.

ئەگـەر خواسـت و مەیلدارییەکـە یەکلایەنـە بێـت، ئەمـە بەسـە بـۆ تێکشـکاندنی پەیوەندیـی کەسـایەتی، خزمایەتـی، ئەگـەر لایەنـی دووەم لـە مەسـەلەکەیشـەوە تێنەگلابێـت هێشـتا تووشـی شـۆکێکی دەروونـی دەبێـت، لـە هەموویشـی ناهەموارتـر بوونـی سـۆزداری و ڕەمەکخـوازی و دەسـتدرێژییە لەلایەنـی یەکەمـی بڕیـاردەری پەیوەندییەکـە و لایەنـی دووەمـی لاواز و ڕەتکـەرەوە و نائامـادە بـۆ پەیوەندییەکـە.

کەمئەندامبازی Opotemnophilia چی دەگەیێنێت؟

کەمئەندامبـازی، ئاڕاسـتەیەکی سـۆزداری و سـێکسـییە بـۆ دروسـتکردنی پەیوەنـدی، یـان ئەنجامدانـی سـێکس لەگـەڵ کەسـانێکی کەمئەندامـدا.[1] ئێمـە لێرەدا مەبەسـتمان لـەو سـۆزدارییە سروشـتییە نییـە کەسـانێک لـە ئاسـتی کەمئەندامانـدا دەینوێنـن، بەڵکوو مەبەسـتمان لـە بێتوانایـیی کەسـێکە لـە بەسـتنی پەیوەندیـی خۆشەویسـتی تەنهـا لەگـەڵ کەسـانی کەمئەندامـدا نەبێـت. ئـەو جـۆرە کەسـانە لـە هەنـدێ بـاردا ڕەنگـە هەوڵـی بڕینـی شـوێنێکی ئـەو کەسـە بدەن، کـە خۆشـیان دەوێـت تەنهـا بـۆ ئـەوەی پەیوەندیی سـۆزداریی لەگەڵدا ببەسـتێت، ئەمەیـش بـە توندوتیـژی و پەڕگیـری دادەنرێـت.

ڕەنگـە ئـەم ئاڕاسـتە سـۆزدارییە سـۆز و بەزەیـی تێـدا بێـت،

---

١ ڕاسـتە لـە ئێسـتادا بـۆ کەمئەنـدام زاراوەی خاوەنپێداویسـتیی تایبـەت دانـراوە، [illegible]

یان کەسەکان خۆیان کەموکورتیی دەروونییان هەبێت بۆیە سۆزیان بۆ ئەو کەسانە دەبێت، کە ئەوانیش کەموکورتیی جەستەییان هەیە، یان دەشێت خۆیان کەموکورتییان هەبێت و بیانەوێت خەڵکی ڕێزیان لێ بگرن لەبەر ئەوەی پەیوەندییان لەگەڵ کەسێکی کەمئەندامدا بەستووە. خۆشویستنی کەمئەندام و هاوسەرگیریکردن لەگەڵیاندا ڕەفتارێکی ژیاریی مرۆڤدۆستانەی سروشتییە، بەڵام خۆشەویستن و ئاشقبوونیان و بێتوانایی لە خۆشەویستن و ئاشقبوون بە کەسانی ساغ و سروشتی، ئەمەیان نیشانەیە بۆ سۆزدارییەکی نادروست.

ئاشقبوون بۆ بەتەمەن، پیربازی Gerontophilia چییە؟

ئاراستەیەکی سۆزدارییە تەنها بۆ کەسانی پیر، یان ئاراستەیەکی سێکسییە، یاخود ئاراستەیەکی سۆزداریی سێکسیی کەسێکە، کە حەزی لە هاوتەمەنی خۆی نییە، ئەوەیش نیشانەیەکی سۆزدارییە ڕەنگە ژن یان پیاوی تێبکەوێت.دەکرێت کوڕێکی گەنج ئاشقی ژنێکی بەتەمەن بێت و بە پێچەوانەیشەوە ڕەنگە کچێک ئاشقی پیاوێکی پیر بێت، کە جیاوازیی تەمەنیان زۆر دیار و لە بەرچاو بێت.

پەیوەندیی سۆزداری - سێکسیی یان هاوسەرگیریی کچێک بە پیاوێکی بەتەمەنەوە، ڕەنگە هێندەی پەیوەندیی کوڕێکی گەنج بە ژنێکی بەتەمەنەوە کە زۆر لەو گەورەتر بێت جێی سەرنج نەبێت. پرسیاری بۆچی ئەو پیربازییە دروست دەبێت، وەڵامەکەی پێمان دەڵێت ڕەنگە پرسەکە گرێیەکی "ئۆدیبی" یان "ئەلیکترایی" بێت. حەز و ئارەزووکردنی حەرامکراوی دایک یان باوک دەشێت بە ئاشقبوون بە ژن یان پیاوێکی بەتەمەن قەرەبوو بکرێتەوە، یان ڕەنگە حەز و خواستێکی دەروونی بێت، کە ڕێزگرتنی تێدا بێت لە ئەزموونی گەورە و بەتەمەنەکان و لەو بڕوایەدا بوون، کە

ئەوان لە کەسانی کەم تەمەنتر زیاتر دەتوانن لە خۆشەویستیدا بەخشندەتر بن، یان دەشێت ڕەفتاری سۆز و بەزەیی بێت و لە سنووری خۆی دەر بچێت و لە شێوەی ئەشقدا دەر بکەوێت لەپێناوی بەرزکردنەوەی ورەدا، یان تەنها حیسابکردن بێت بۆ بەرژەوەندییەک، چوونکە بەتەمەنەکان ڕێزی زیاتریان هەیە بۆ بەخشندەیی دەروونی و هەرکەس خۆشەویستی و جەستەیان بداتێ دەستکەوتیشیان زیاتر دەبێت، ڕەنگە بێتوانایی دەروونییش بێت لە پێکهێنانی سۆزدارییەکی سروشتی لەتەک کەسێکی هەمان تەمەندا، هەروەها دەشێت سۆزداریی بۆ پیر و بەتەمەن بەڵگە بێت بۆ پێنەگەیشتوویی ڕاستەقینە، چوونکە حەز و خواستی هەستکردن بە منالی و بچووکی ڕەنگە ببێتە پاڵنەری گەنج لە هەردوو ڕەگەز بۆ پەیوەندیبەستن بە کەسی لە خۆیان گەورەترەوە، تا ئەو هەستکردنەیان بە منالی و بچووکی ختووکە بدات. هەر وەک دەشێت پرسەکە درێژەدان بێت بە ئەزموونێکی سۆزداریی ڕەمەکی سەردەمی منالی لەگەڵ خزمەتکاری ماڵدا بێت یان کەسێکی گەورە و بەتەمەن.

هۆکارەکان هەرچییەک بن، سۆزداری بۆ کەسانی پیر لە جۆرەکانی تر، یان لە وێنەکانی تری خۆشەویستی قبوڵکراوترە، کە بە ناوازە دادەنرێن، ئاشقبوون بە پیر تەنها لە ڕووی کۆمەڵایەتییەوە دەبێتە مایەی گاڵتەپێهاتنی خەڵکی.

خۆشەویستیی بۆ ڕەگەزی جیاواز Miscegenationچییە؟

بۆ یەکەم جار ساڵی ١٨٠٠ی لەدایک بوون ئەم زاراوەیە دەر کەوت و گوزارشتێکە لە هاوسەرگیریی ژن و پیاوێک لە دوو ڕەگەزی جیاواز، کە حەز نەکەن لەگەڵ ڕەگەزی خۆیاندا خۆشەویستی، یان هاوسەرگیری بکەن و دڵیان بەلای کەسێکی

تـردا بچێـت جیـاواز لـە ڕەگـەزی خۆیان"بیانـی"[١]

ئـەو کەسـەی بیەوێـت خۆشەویسـتی یـان هاوسـەرگیری لەگـەڵ کەسـێکی بیانیـدا بـکات ڕەنگـە هەسـتی بـە کەمڕوانیـن بـۆ ڕەگەزەکەی خۆی پاڵنەری بێت و بیەوێت بە هۆی خۆشەویستی و پەیوەنـدی بـە ڕەگەزێکـی تـرەوە ڕەگەزەکـەی خۆیشـی بـەرز و باڵاتـر بکات، یـان ڕەنگە هەسـتێکی مرۆڤایەتـی بێت و بە پێویسـتی بزانێت جیاوازییەکانـی نێوان مرۆڤـەکان نەمێنێـن، یاخـود پرسـکە تەنهـا هەوڵێکـە بـۆ نوێکردنـەوە و سـەرچڵی و خواسـتێک بـۆ هێنانـە ئـارای جینـی تێکـەڵ "دووڕەگ و چەنـدڕەگ" ی نـوێ. لـە ئێسـتادا جیهـان ئـەو ئاڕاسـتەیەی تێکەڵکردنـی جینەکانـی هەیـە و بووەتـە ڕەفتارێکـی ژیـاری، بـەڵام هێشـتا خاوەنەکـەی بـە هەڵگری خواسـت و ئەنگێـزەی سـۆزداری جیـاواز لەقەڵـەم دەدرێـت ئەگـەر هاوڕەگـەزی خـۆی ڕەت بکاتـەوە و نەتوانێـت پەیوەندیـی لەگەڵـدا ببەسـتێت.

خۆشەویستنی لەپیاوچوان Andromimetophilia چییە؟

بریتییـە لـە خۆشـەویسـتیی پیاوێـک بـۆ ژنێـک، کـە شـێوەی لـە پیـاو بچێـت یـان شـێوەی خـۆی وا لـێ کردبێـت لەپیـاو بچێـت و نەبوونـی مەیل و خواسـت بـۆ ژنێکـی مێینەئاسـایی. بۆ ئـەوەی تێکەڵبوونێک دروسـت نەبێـت، ئـەم جـۆرە پیـاوە ئـەو ژنانەیـان ناوێـت، کـە ڕەگەزی خۆیـان گـۆڕیـوە بـۆ پیـاو، بەڵکـوو ئـەو ژنانەیـان دەوێـت وەک پیـاو جلوبەرگ دەپۆشـن و وەک پیاویش هەڵسـوکەوت و مامەڵە دەکەن. دیـارە لـە ژیانمانـدا ژنـی لـەو جـۆرە دەبینیـن هەرچەنـدە کەمیشـن.

لـە وڵاتانـی ئەوروپیـدا پیـاو تەنانـەت دەکەونـە خۆشـەویسـتیی ئـەو ژنەئەکتەرانەیشـەوە، کـە لەسـەر شـانۆ ڕۆڵـی ژنێـک دەبینـن

---

١ کـورد لەگـەڵ عـەرەب یـان تورکمـان یاخـود ئینگلیـز و بـە پێچەوانـەوە/ وەرگێـر.

خۆیان بە پیاو شوبهاندووە. لە ژیانیشدا خۆم لە حاڵەتی گەنجێکم کۆڵیوەتەوە کە کچێکی خۆش ویستووە جلی کوڕانەی پۆشیوە، کاتێک دەکەوێتە پەیوەندییەکەوە و کچەکە ویستوویەتی پۆشاکی کچانە لەبەر بکات، تا شێوەی مێیەنەیی زیاتر دەر بخات، کوڕەکە ساردبۆتەوە لێی، پەیوەندییەکە کاتێک گەرم بۆتەوە، کچەکە دیسانەوە پانتۆڵ و کراسی پیاوانەی پۆشیوەتەوە و پێڵاوی پیاوانەی لەپێ کردووە.

ئەم جۆرە خۆشەویستییە هۆکاری دەروونی زۆرە و خواستی نهێنی و شاردراوە لای پیاو بۆ هاوڕەگەزبازی لەسەروو هەموویانەوەیە، ئەگەر پیاوەکە ئەو خواستە نەدرکێنێت بە خۆشویستنی ژنێکی پیاو شێوە قەرەبووی دەکاتەوە. هۆکارێکی تریشی ئەوەیە ئەم پیاوە ئاشق بە ژنی لەپیاو چووە لەسایەی دایکێکی لەپیاوچووی زاڵدا پەروەردەکراوە و دەیەوێت ئەو ڕۆڵە لە ژیانیدا بەردەوام بێت، یان خۆی هەست بە کەموکورتی دەکات لە پیاوەتییدا و دەیەوێت بە ژنێکی پیاوخەسڵەت پڕی بکاتەوە.

خۆشەویستیی پەیکەر Agalmatophilia چییە؟

خۆشویستنی پەیکەر لە بنچینەدا دەگەڕێتەوە بۆ یۆنانییەکان، واتە هەندێ لە پەیکەرتاشان دەکەونە خۆشەویستیی ئەو پەیکەرەی خۆیان تاشیویانە و لە زۆرینەی بارەکانیشدا پەیکەرەکە پەیکەری ژن دەبێت. سەرەتای ناونانەکەیش لە پەیکەرتاشێکی یۆنانییەوە سەری هەڵدا، کە پەیکەری ژنێکی دروست کرد و کەوتە ئەشقیەوە و ناوی نا "Galatea"..ئەو پەیکەرتاشە بە هۆی تێکچوونێکی ئەقڵییەوە پێی وابووە ڕۆح لەو پەیکەرەدایە. لە سەدەی نوێیشدا ئاشقبوون بە پەیکەر لە بازنەی "فیچیزم"دا پۆلێن دەکرێت، واتە ئاشقبوون بە شتێک، کە

هیی ڕەگەزی بەرانبەرە نەک لە ڕەگەزی خۆی[١] بەڵام پێم وایە خۆشەویستییەکە سیفەتی دیاریکراوی خۆی هەیە هەرچەند لە "خۆشەویستیی فیچیزم" دەچێت، کە بریتییە لە خۆ بەتاڵکردنەوە بە شت و کەرەستەی ڕەگەزی بەرامبەر و بە تێکچوونێکی دەروونی دادەنرێت، کە هەرچەندە کەم و دەگمەنیشە، بەڵام لە مێژووی زایەندیدا بوونی هەیە، بێگومان ئاشقبوون بە پەیکەر تایبەتمەندیی خۆی هەیە و جیاوازە لەو خۆشەویستییە.

لە مێژوودا حاڵەتی زۆری ئاشقبوون بە پەیکەر تۆمارکراوە، لەوانەیش ئاشقبوونی جووتیارێک لە ساڵی ١٨٧٧دا، بە پەیکەری ڤینۆسی میلۆ (Venus of Milo)، کە لە کاتی هەوڵدان بۆ سێکسکردن لەگەڵ پەیکەرەکەدا لەپاش بینینی ڕۆڵی ئاشقی و شەیدایی گیراوە. خۆشویستنی پەیکەر بەردەوامیدان و درێژەی نەریتی سێکسکردنی قەشە و پیاوانی ئایینی سەدەکانی پێشوو بووە لەگەڵ کچاندا پێش شووکردنیان - قەشە و پیاوانی ئایینەکان لە یۆنان و هیند وێڕای ئەو کچانە کاری زایەندییان نەک لەگەڵ پەیکەری مێیینە، بەڵکوو لەگەڵ پەیکەری نێرینەشدا دەکرد، ژنانی گریک دەکەوتنە خۆشەویستیی پەیکەری پیاوەوە. تەنانە بووبووە مۆدێل، کە بە جۆرێک ئەندامی نێرینەیی بۆ پەیکەر دەکرا بەکەڵکی ژن بێت ئەگەر خۆشەویستییەکەی بۆ پەیکەرەکە بگەیشتایەتە ئاستی حەز و ئارەزووی سێکسی، نەک هەر ئاشقبوون، بەڵکوو پەرستنی پەیکەر لە سەردەمەکانی بتپەرستیدا باو بووە. پێم وایە درووستکردنی پەیکەر لە خورما لای عەرەب و دواتریش خواردنی وێنەیەک بووە لە وێنەکانی خۆشویستنی پەیکەر. لە سەدەی پانزەدا لە هەندێ وڵاتانی ئەورووپادا هەندێ کەس پەیکەری "فیشن"یان پیرۆز ڕادەگرت، ئاشقانی شەراب و مەییان دەکرد بە پەیکەرەکەدا، بەتایبەتی بە

١ وەک ئاشقبوون بە جانتا و پێڵاوی ژن کە پێشتر باسکرا/وەرگێڕ.

ئەندامی زاوزێیدا و دەیان لستەوە.

لە سەدەی هاوچەرخیشدا، خۆشەویستی و پەرستنی پەیکەر ڕەنگە لە ئاشقبوون بە وێنەی ژنەهونەرمەندێک، یان ڕیکلامەکارێدا نموونەگیری بکات، بەلام پرسکە جیاوازییەکی ئەوتۆی نییە هێندە نەبێت پەیکەرەکە بەرجەستەیە و وێنەکە لەسەر کاغەزە. تا ئێستایش ئاشقبوون بە پەیکەر هەر هەیە بەتایبەتی لای هەندێ لەوانەی دەچنە مۆزەخانە و بە شێوەیەکی ڕۆتینی چەند کاتژمێرێک لە پەیکەرێک ڕادەمێنن، بەڵکوو کار دەگاتە لاساییکردنەوە و بگرە سکالابۆکردنی.

لە زنجیرە مێژوو بۆ دانراوەکانی حاڵەتە زایەندییەکاندا حاڵەت هەبووە هەندێ لە پیاوان ئاشقی بووکەڵەی نێو پێشنگاکانی پۆشاک بوون و لە جامخانەی دوکانەکانەوە ئەشقێنی و سێکسبازییان لەگەڵدا کردووە. لە لێکۆڵینەوەیەکی جواندا هاتووە، کە هەندێ لە گروپە شارەزا و پسپۆڕەکان لە کۆلێژی هونەرە جوانەکانی ولاتانی بیانی لە ڕێکخستنی ئەو حاڵەتەدا کە بە Window Dressing ناسراوە، هەندێکیان تەنها بۆ ئەوە دەچنە ئەو پسپۆڕییەوە، تا پەیوەندییەکی سۆزداری و ڕەمەکی لەگەڵ بووکەڵەیەک لەو بووکەلانەدا پێک بێنێت.

کچێکی ئینگلیز دەکەوێتە خۆشەویستیی یەکێک لە پاسەوانەکانی کۆشکی پێرمنگهام، کە وەک پەیکەرێکی مۆمیاکراو بێجوولە ڕادەوەستن، ئەم کچە ڕۆژانە تا چەند مانگێک سەردانی دەکرد و دەردەدڵی خۆی بۆ دەکرد و دەیپەرست، تا پاسەوانەکە ناچار بوو بجوولێت بۆ ئەوەی پێی بڵێت واز بێنێت، کە پەیکەرەکە دەجوولێت و کچەکە دەزانێت ڕۆحی تێدایە ئەو ئەشقەی نامێنێت بۆی.

جۆرێک لە خەڵکی هەن دەکەونە خۆشەویستی پەیکەرێکی بچووک لە ژوورەکەیدا یان لە کتێبخانەکەیدا و لە ڕووی

دەروونییەوە هەست بە پەیوەندییەکی زۆر بەتین لەگەڵیدا دەکەن بێئەوەی بەوە بزانن ئاشقی پەیکەرێک بوون. دیارە ژنی باڵۆن[١] لای گەنجان و ئەو کەسانە زۆر باوە، کە کەوتوونەتە تەمەنەوە و لە وڵاتانی ئاسیا و ئەوروپادا لە مارکێتی تایبەت بە کەرەستە سێکسییەکان دەفرۆشرێت، هەندێک لەو ژنە باڵۆنانە جەستەیان گەرمە و لە کاتی باوەشپێداکردن و سێکس لەگەڵداکردنی دەنگی تایبەتی خۆشیی سێکسییەکەی لێ دەبیسترێت. لە دیمانەیەکەوە دەر کەوتووە پەیوەندییەکە لەگەڵ ئەو ژنە باڵۆنەدا بۆ تێرکردنی سێکسی نییە هێندەی ئەوەی بۆ پەیوەندییەکی ڕاستەقینەی خۆشەویستییە.

خۆشەویستیی باڵابەرز چییە؟

بریتییە لە خۆشویستنی کەسێک لە ڕەگەزی بەرامبەر بەو مەرجەی باڵای تەواو پێچەوانەی خۆشویستراوەکە بێت، واتە پیاوێکی زۆر باڵابەرز ئاشقی ژنێکی زۆر کورتەباڵا بێت، یان ژنی زۆر کورتەباڵا تەنها حەز لە پیاوی کەتەی باڵابەرز بکات. ڕاستییەکەیشی ئەوەیە، کە حاڵەتەکە نابێتە جێسەرنجی خەڵکی ئەگەر پیاوێکی کەتە ژنێکی کورتەباڵای خۆش بوێت، چوونکە تا ڕادەیەک بووتە نەریتێکی گشتی، بەڵکوو بە پێچەوانەوە ئەگەر ژنێکی باڵابەرز پیاوێکی کورتەباڵای خۆش بوێت دەبێتە جێی سەرنج.

ئێمە لێرەدا باس لە جیاوازیی ئاسایی و هاوسەرگیریی ڕێکەوتی نێوان باڵا جیاوازەکان ناکەین، بەڵکوو تەنها باس لە سۆزداریی ناچاری و ئاشقبوون بە باڵای زۆر لەیەکجیاواز دەکەین.

---

١ بووکەڵەیەکە لە پلاستیک هەوای تێ دەکرێت و دەبێتە ژنێکی تەواو لە ڕووی جەستەوە وەردەگرێ.

پیاوان بەگشتی و پیاوی خۆرهەلاتی بەتایبەتی، پێی باشە ژن لە خۆی کورتتر بێت، چوونکە زیاتر هەست بە مێیەنەیی ژنەکە دەکات و خۆی بە پارێزەری دادەنێت و لای ژنیش بە پێچەوانەوە. زۆرێک لە پیاوانی کورتەبالا، کە دەکەونە خۆشەویستیی ژنی لە خۆیان بالابەرزترەوە، خۆشەویستییەکەیان دەگەڕێتەوە بۆ زۆر هۆکاری دەروونی، لەوانەیش دەیانەوێت کەموکورتییەک پڕ بکەنەوە، یان خەلکی باسیان بکەن. هەروەها " پێنجسەد" کەس لەوانە بەمتمانەوە دەڵێن ژنی بالابەرز، وێڕای کورتەبالاییان، بەلام شتێکیان لەواندا بەدی کردووە. لە دیارترین ئەو کەسێتییە کورتەبالایانەی تەنها لەگەڵ ژنی بالابەرزدا بووە، ئەکتەری میوزیسیانی ئینگلیزی دودلی مۆرە، کە مێژووی سۆزداریی گەواهیدەرە لەگەڵ چەندین ژنی زۆر لە خۆی بالابەرزتردا بووە.

خۆشەویستیی نێرگسی چییە؟

واتە خودخۆشویستن، کە لە هەڵچوونی سۆزداری و سێکسیدا نموونەگیری دەکات لە ئاکامی سەرسامبوونی مرۆڤ بە شێوە و زیرەکی خودی خۆی و بە ((Ipserotic، یان ((Autophilia و زیاتریش بە نەرگسیزم ((Norcissim ناسراوە. نەرگسیزم لە بنچینەدا دەگەڕێتەوە بۆ کارەکتەرێکی خەیاڵی لە مێژووی گریکدا بە ناوی نارسیسۆس((Narcissus کە گەنجێکی زۆر جوان و لە بەر دڵان بووە و ژنێک خۆشی ویستووە، بەلام ئەو لەخۆشەویستی جوانییەکەی خۆیدا ئاگای لەو نەبووە، ژنەکە هێندەی خۆش ویستووە و عەودالی بووە و بۆ ئەوەی گەنجەکە وەلامی بداتەوە دەنگدانەوەی ئەوی بەکارهێناوە، تا گوێی لە خۆشەویستییەکەی بێت – بەلام لە حەسرەتی وەلامنەدانەوەی گەنجەکەدا دەمرێت، لە سزای ئەوەیشدا نەمیسیس ((Nemesis ی پاشا لای ڕووبارێکدا زیندانیی دەکات، دواجار نارسیسۆس کە

دەیەوێت خۆی یان وێنەکەی خۆی لە ئاوی ڕووبارەکەدا ماچ بکات دەخنکێت، ئاوەکەی دەیبات و دواتر دەبێتە گوڵەنێرگس و ئەو زاراوەیە بۆ ئەو کەسانە بەکار هێنرا، کە خۆیان خۆش دەوێت. نەرگسیزم – لە چەمکی دەروونناسیدا – لە سەرەتای تەمەنی مرۆڤدا قبوڵ کراوە کاتێک مرۆڤ تازە هەڵدەچێت و خۆی دەناسێتەوە، بەڵام لە قۆناغی پێگەیشتندا بە نەخۆشی دادەنرێت. نەرگسیزم بە پلە و ڕادەیەکی قبوڵکراو ڕەنگە بە دیاردەیەکی تەندروست و ڕەنگدانەوەی متمانەی کەسەکە دابنرێت بە خۆی، بەڵام زیادەڕۆییکردن بە نەخۆشی دادەنرێت. زۆرێک لە ئایین و بیروباوەڕەکان لە ترسی گەیشتن بە نەرگسیزم خودخۆشویستنیان ڕەت کردۆتەوە و بە خراپەیان داناوە(1995 Thielst) کەسی نەرگسی وا ئەندێشە دەکات، کە جەستەی، وزە و تواناکانیشی جیان لە خۆی بۆیە وەک ئەوەی هەر شتێکی تری خۆش بوێت دەکەوێتە خۆشەویستیی جەستەی و تواناکانی خۆیەوە بەڵام خودخۆشویستن ڕەنگە بۆ چارەسەرکردنی هەندێک تێکچوونە دەروونییەکانی وەک ئالۆودەبوون بە مەیەوە ببێتە پێویستی(1987Forman)

خۆشەویستیی سەماکەران؟

خۆشەویستنی سەماکەران پرسێکە ئەوە ناگەێنێت پیاو تەنها لەپێناوی سەرسامبوون و وروژان و هەڵچوونە سێکسییەکەدا سەماکەرەکەی خۆش بوێت، بەڵکوو بریتییە لە حاڵەتی گەیشتن بە هەستکردن بە بێتوانایی لە خۆشویستنی ژنێکی تر ئەگەر سەماکەر نەبێت و خۆشویستنی تەنها ژنێکی سەماکەری وەک ئەو سەماکەرە خۆرهەڵاتییانەی لە سەماکردندا سینگ و مەمکیان دەجووڵێنن. ئەوانەی ئەم هەوەسە - خۆشەویستیی سەماکەر – دایان دەگرێت، مەرج نییە سەماکەرەکە بخوازن، چوونکە

دەشێت دەرفەت نەڕەخسێت یان بارودۆخی کۆمەڵایەتی ڕێگر بێت، بۆیە ئەو جۆرە پیاوانە بۆ هاوسەرگیرییش ژنێکی ئاسایی هەڵدەبژێرن، کە سەما بزانن، یان دەبێ سەمای بۆ بکەن تا هەست و سۆزداریی بۆ بجووڵێت.

بنچینەی "سەمای خۆرهەڵاتی" دەگەڕێتەوە بۆ مێژووی میسر، تورکیا، ئەفریقیا، یۆنان لە سەمای "سێکس و منداڵبوون" لە سەدەی هەژدەدا چووە وڵاتانی ئەورووپا و ئەمریکاوە. دەڵێن سەرەتای سەمای خۆرهەڵاتی لە میسر لەلایەن ئەو ژنانەوە بووە، کە بە "شارەزا" ناسرابوون، واتە کەسانی شارەزا لە هونەری ورووژاندنی پیاوان. هەر وەک دەڵێن بنچینەی سەمای خۆرهەڵاتی نواندنی جووڵە سەرەکییەکانی پرۆسە سێکسییەکەیە. شانبەشانی سەمای خۆرهەڵاتی سەمای ناسراو بە "غزیە" هەیە، کە لە بنچینەی مێژوویی‌دا لە سەمای خۆرهەڵاتی جیاوازە، چوونکە سەماکەر پارچەقوماشێک لە کەمەری دەبەستێت و دەیجووڵێنێت و ڕای دەکێشێت و ئەو جووڵاندنە لە بنچینە مێژووەکەیدا بریتییە لە خودی کردە سێکسییەکە. دەڵێن سەماکەرە میسرییە کۆنەکان بۆ بەدەستهێنانی خۆشییوجۆش و خرۆشی سێکسی بۆ خودی خۆیان ئەو جووڵانە بە پارچەقوماشەکەی کەمەریان دەکەن، بەتایبەتی کە کچانی میسری کۆن خەتەنە دەکران و لە ڕووی سێکسییەوە ساردوسڕ بوون، لە سەمای خۆرهەڵاتیی کۆنیشدا دەبوو سەماکەر دەنگی خۆشییوەرگرتنی سێکسیی دەر بڕیبا، لە کاتێکدا لە سەمای هاوچەرخدا سەماکەر بێدەنگە و ڕیتمی میوزیک جێی دەربڕینی دەنگی دەگرێتەوە.

لە مێژووی دێرین و ئێستایشدا لە ئەفریقیا سەمای هاوشێوەیان هەیە، جووڵەکانی سەماکەری ئەفریقی پەیوەندیی بە جووڵەی هەندێ باڵندەوە هەیە، مێژووی ئەنسرۆپۆلۆژییش دەیسەلمێنێت ئەو سەما ڕەمەکییەی هەموو جەستەی سەماکەر

دەلەرێتەوە لە ئەفریقیادا بەشێکە لە نەریتە ئایینیەکان و قەشە هەندێک زانیاریی پێویستی بەو سەماکردنە دەدایە ئەو کچەی کاتی شووکردنی دەهات. ڕۆڵی قەشە یەکەم کاری سێکسی بووە لەگەڵ کچەکەدا لە کاتی سەماکردنەکەدا، کە بە سەمای "شەربەتی شێر"ناسراوە.

سەمای هاوچەرخی خۆرهەلاتی لە سەمای خۆرهەلاتیی کۆن کەمتر ڕەمەکی و هاوکات کەمتر ورووژێنەرە، بەلام سەماکەر هێشتا لە سەماکەیدا بڕێک کارلێک و خۆشی هەر دەر دەبڕێت، ئەوەی بەئاگا بێت لە میوزیک و سەمای خۆرهەلاتی بە سەمای هاوچەرخیشەوە، تێبینی دەکات هێشتا بڕێک لە مۆدێلە کۆنەکەی تێدا ماوە لە ڕووی جوولە هاوشێوەکان بە کاری سێکسی، هەرچەند لە سەدەی هاوچەرخدا هەندێک دەستکاری کراوە و ڕیتمی هونەریی تێکەڵ کراوە.

ئەو پیاوەی ئاشقی سەماکەر دەبێت بە چەمکێکی دەروونییانەی تایبەت مامەڵەی لەتەکدا دەکات، چوونکە دەزانێت ئەو ژنەسەماکەرە دەتوانێت دڵی هەموو پیاوان بەلای خۆیدا ڕابکێشێت و بۆ ئەویش دەبێت، بۆیە پیاوی لەو جۆرە کە تەنها ژنەسەماکەری خۆش دەوێت سیفەتی "گەواد"ی دەبێت، واتە ژنێکی دەوێت پیاوانی تریش بیانەوێت نەک تەنها خۆی، یان پیاوێکە پێی وایە ئەو شێوازی جۆشوخرۆش بەخشینە بەو تەنها ژنی سەماکەر شارەزایە تیایدا، یاخود خواستێکی تری نهێنی هەیە، یان هێشتا وەک مرۆڤێک دەڕوانێتە سەماکەر، کە ڕۆڵێکی سێکسی و سۆزداریی گرنگ بۆ پیاو دەبینێت، بەلام ڕەنگە پیاوەکە خۆی کەسێکی مامەڵە و کارلێک نەرێنی بێت لە ئاستی سێکسدا و دەیەوێت بەشی زۆری ڕۆڵی ورووژاندن و جۆشوخرۆش بەخشینەکە ژنەسەماکەرەکە ببینێت، ڕەنگە سەرچاوەی ئەو هەستەیش، کە بە بینینی سەماکردنەکە نەبێت

بەدی نەیەت بگەڕێتەوە بۆ خواستی بینینی سەماکردن و بادان، کە ئەمەیش نەخۆشییەکی دەروونییە و وا دەکات کەسەکە ئەگەر ئەو سەماکردن و بادان و جەستە ڕووتە نەبینێت، ئەگەر کەسانی تریش بیکەن، خۆی ناکەوێتە جۆشوخرۆشەوە.

ئەو پیاوەی ناتوانێت جگە لە ژنی سەماکەر کەسی تری خۆش بوێت ڕەنگە ژنەکەی ناچار بەوە بکات سەمای بۆ بکات، یان لەگەڵ هاوسەرەکەیدا بە شێوەیەکی ئاسایی بژی، بەڵام بەنهێنی لەگەڵ ژنێکی تردا بێت کە سەمای بۆ بکات.

خۆشەویستیی ئاژەڵان چییە؟

لە سەرەتای ژیانەوە مرۆڤ پەیوەندیی سۆزداریی دەروونیی لەگەڵ هەموو جۆرەکانی ئاژەڵدا بەستووە، بەڵام سەگ لە هەموو ئاژەڵەکانی تر چانسی خۆشویستنی لەلایەن مرۆڤەوە پێ براوە، ئەوەیش لە پای سیفەتی وەفاداریی ئەو ئاژەڵەدا بۆ مرۆڤ. بنچینەی خۆشەویستی و خۆشویستنی ئاژەڵ لای مرۆڤ لەوەدایە، کە ئاژەڵ ئەرکێک بۆ مرۆڤ بەجێ دەگەیێنێت و سوودی پێ دەگەیێنێت، بەڵام لە سەرەتای ژیانەوە، بەتایبەتی لە کۆمەڵگەی ئەوروپیدا، لەبەر خودی ئاژەڵەکە خۆشویستنەکە پەرەی سەندووە، چوونکە لە بنچینەدا خۆشویستنی ئاژەڵ بۆ قەرەبووکردنەوەی خۆشەویستی مرۆڤ بووە، کە لە پای ئاڵۆزبوونی ژیانی ماددی و هەڵوەشانەوەی شیرازەی باری کۆمەڵایەتیدا خۆشەویستیی مرۆڤ بۆ مرۆڤ لەدەست چووە، لێ دواتر پرسەکە بۆتە خۆشەویستییەکی بەهێزی شانبەشانی بوونی پەیوەندیی سۆزداری و خێزانییش. لە کۆمەڵگەی خۆرئاواییدا ئاشقبوون بە ئاژەڵ و شەیدابوونی هێندە زیادەڕۆیی تێدا کراوە، کە خراوەتە جێی منداڵ و تەنانەت میراتی بۆ دانراوە و قەرەبووی خۆشەویستی مرۆڤی پێ کراوەتەوە. لێکۆڵینەوەکان

لە وڵاتانی خۆرئاوادا پێمان دەڵێن هاوەڵیکردن و خۆشویستنی ئاژەڵ، بەتایبەتی لە قۆناغی بەتەمەنیدا، یارمەتیدەر دەبێت لە کەمکردنەوەی هەستی تەنیایی و کەمتر بەکارهێنانی دەرمان و باشتربوونی لێدانەکانی دڵ و تێرکردنی هەستی خۆشەویستی و هاوڕێیەتی. وێڕای بەرزکردنەوەی ئاستی متمانە بەخۆکردن (1991Hoffman).ئەو جۆرە کەسانەی ڕادەی خۆشویستنی ئاژەڵ دەیانگەیێنیتە ئاستێکی هێندە باڵا، کە دەربەستی هیچ خۆشەویستییەکی تر نایەن، ئیتر گرنگی بە ڕەگەزی بەرامبەریش نادەن، لە هەندێ حاڵەتی زێدەڕۆییدا کار دەگاتە سێکسکردن لەگەڵ ئاژەڵەکەدا، کە بە حاڵەتی بەردەوامیدان بە خۆشەویستیی سۆزداری دادەنرێت، ئەگەرچی سێکسکردن لەگەڵ ئاژەڵدا مەرج نییە لە پای خۆشویستنیدا بێت و بە ئاژەڵبازی، (Zoophilia) ناو دەبرێت، کە حاڵەتێکە لە بوونی مرۆڤایەتییەوە هەیە و یان بە هۆی دەستەبەرنەبوونی کاری سێکسییە لەگەڵ ڕەگەزی بەرامبەردا، یاخود وەک بۆنەیەکی ئایینی کراوە، کە میسرییە کۆنەکان لەگەڵ تیمساحدا کردوویانە بۆ بەپیتبوونی نەوەخستنەوە لایان.لە زانیاری و ڕێنماییەکانی چارەسەرییە کۆنەکاندا جووت بوون لەگەڵ ئاژەڵدا بۆ چارەسەری نەخۆشییە زایەندییەکان کراوە، بەڵام لای ئەوانەی ئاژەڵیان خۆش دەوێت جووتبوون تەنها گوزارشتە لە خۆشەویستییەکە. لە وڵاتانی خۆرئاوا و ئەمریکادا پرسکە گەیشتۆتە ڕاهێنانی ئاژەڵ لە جووت بووندا لەگەڵ مرۆڤدا بەبێ مەترسی و بە (Androzoons) ناو براوە.

لێکۆڵینەوەکان لە وڵاتانی خۆرئاوادا سەلماندوویانە ئەو کەسەی ئاژەڵی خۆش دەوێت ڕەنگە وای لێ بێت بەبێ ئاژەڵەکە نەژی، لە زۆر باریشدا ئەو کەسەی سەگەکەی خۆی خۆش ویستووە دوای لەدەستدانی سەگەکەی، لە خەم و ناسۆردا دڵی وەستاوە و مردووە.

خۆشەویستیی دایک چییە؟

توێـژەران و فەیلەسـووفەکان و دەروونشـیکاران لـە هەمـوو پسـپۆڕییەکاندا لـە ڕاڤەکردنی جۆرەکانـی خۆشـەویستیدا هێنـدەی ڕاڤەکردنـی خۆشـەویسـتیی دایـک مانـدوو نەبـوون. زۆر تیـۆر ڕاڤـەی خۆیـان لەبـارەی خۆشەویسـتیی دایکـەوە خسـتۆتە ڕوو، بـەڵام دواجـار هەسـتیان کـردووە نەیـان توانیـوە ڕاڤەیەکـی فراوانگیـری قەناعەتهێنـەر بـۆ ئـەو سـۆزە دیـار و تایبەتـە بکـەن. هەندێک خۆشەویستیی دایک بەوە لێک دەداتەوە کە لە بنچینـەدا پرسـێکی فسـیۆلۆژییە و دەگەڕێتـەوە بـۆ ڕەمەکـی مانـەوە و سووڕی مانگانـە و نەوەخسـتنەوە کە وای لێ دەکـەن بـە هاندانـی سروشـتە فسـیۆلۆژییەکە دایـک خـۆی خواسـتی دووگیانبوونـی هەبێت، دواجاریش لەگەڵ گەشـەکردنی کۆرپەلـە لـە ڕەحمیدا چەند هەسـتێکی لەلا دروست دەبن، چوونکە کۆرپەلەکە دەبێتە بەشـێک لـە جەسـتەی و لەگـەڵ دەسـتی و چاوەکانیدا جیاوازییەکی نابێت. لـە کاتـی لەدایکبوونیشـدا. دایـک هۆرمۆنـی پرۆلاکتیـن دەر دەدات، کـە بەرپرسـە لـە تێزانـی شـیر لـە مەمەکانیـدا و بـە دروسـتبوونی شـیریش، لە مەمکەکانیدا جۆرێک لە ئازاری بـۆ دروسـت دەبێت، کە تا منداڵەکە مەمکی نەمژێت و شیرەکە نەخواتـەوە ئازارەکـەی لـە گلاندەکانـی دەردانـی شـیر لـە مەمکیـدا هـەر دەمێنێت.

دیـد و بۆچوونـی لیکنزیکـی و پیوەلـکان، پێـی وایـە خۆشەویسـتیی دایـک بنچینەکـەی ئـەو پێویسـتیی پیوەلکانەیـە کـە منـداڵ بـۆ دایکـی دەسـتەبەری دەکات، هـەر لـە لکانیـەوە بـە ڕەحمیـدا لـە قۆناغـی کۆرپەلەیییـەوە، تـا دەگاتـە پەروەردەکردنـی جەستەیی و دەروونییش هەر لە نزیکییەوە. دیدێکی تر پێی وایە خۆشەویسـتیی دایـک ڕەنگدانـەوەی ململانێـی نێـوان ژن و پیـاوە، دایک بـە دووگیانبوون و لەدایکبوون و دایکایەتی بە پیاو دەڵێت

مـن لـە دروسـتکردنی ژیانێکی جێسەرنجدا لـە تـۆ بەتواناتـرم، کـە "ئیرەیی ڕەحـم"ی تێدایـە لـە بەرامبـەر" ئیرەی چـووک" کـە ژن لـە ئاستی پیاودا هەستی پێ دەکات، ئەم دیدە شیکارییە فرۆیدییە وا دەبینێت، کە تەنانەت زیادەڕۆیی دایک لـە خۆشویستنی کوڕدا بۆ ئەوەیـە لـە دژی باوکدا کوڕەکە بـەلای خۆیدا ڕابکێشێت و هەر ئەو زیادەڕۆییەشـە گرێی ئۆدیب دروسـت دەکات. سـەرباری زۆرێک لـە ڕاڤـە و لێکدانـەوەی تـری بێکۆتایی، بـەڵام هێشتا خۆشـەویستیی دایـک جوانیـی قبوڵکردنـی خـۆی هەیـە وەک فیترەیەکـی پـاک و بێگـەردی جیـا لـە هەمـوو وێنەکانـی تـری خۆشـەویستی. چەنـد خەسڵەتێک خۆشەویستیی دایک لە وێنەکانی تری خۆشەویستی جیـا دەکەنـەوە:

١ - دایـک تاکـە ئافەریدەکراوێکـە بـە منالەکانـی دەبەخشێت، بێئـەوەی چاوەڕێـی بەخشـینی بەرامبەریـان لـێ بـکات.

٢ - دایـک تاکـە ئافەریدەکـراوە هەمیشـە شـانازی دەکات و قبوڵیـش دەکات، کـە منالەکانـی لـە خـۆی باشـتر بـن.

٣ - تاکـە کەسـە ئـازار و سـەرزەنشـت و خراپـەی منالەکانـی قبـوڵ دەکات.

٤ - تاکە ئافەریدەکراوە لەپێنـاوی سـەلامەتیی ڕۆڵەکانیدا خۆی دەخاتـە نێو ئاگرەوە و ژیانی دەکاتـە قوربانییان.

خۆشەویستیی دایـک بنچینـەی هەمـوو وێنەکانـی تـری خۆشەویسـتییە. جـۆر و قووڵیـی خۆشـەویستیی دایـک بنچینـەی ئاڕاسـتەگیریی سـۆزداریی مرۆڤـە تەنانـەت بـۆ هەمـوو جیهانیـش. خۆشـەویستیی دایـک بـە هـۆی جۆرێتییـەوە مرۆڤێکـی هەسـت و سـۆز تەندروسـت، یـان هەسـت و سـۆز ناتەندروسـت دێنێتـە ژیانـەوە. خۆشەویستیی دایک پیرۆزی و خەرمانەیەکی هەیە ڕاڤە ناکرێـت و هـەر ئەمەیـش جوانترین حاڵەتـە لـەو خۆشـەویستییەدا.

خۆشەویستیی بیروباوەڕ؟

مرۆڤ لە ململانێی ژیانیدا بۆ سەلماندن و چەسپاندنی مرۆڤایەتیی، کە لە ئاژەڵێتی بەهێزترە، هەمیشە بیروباوەڕەکەی بەپێی عەقڵ یەکێک بووە لە سەلماندن و جیاوازییەکانی، بگرە مرۆڤ سەلماندوویەتی لە ڕووی هزروبیر و بەرجەستەکردنی بیروباوەڕێکی دیارەوە لە دەووروبەری جیاوازە. هەندێک کەس بیروباوەڕی دەکاتە شێواز بۆ ڕەوتی ژیانی و وەک مرۆڤ ڕەگەزەکانی تری ژیانیش بەکار دەهێنێت، هەندێکی تریش لەسەر حیسابی هەموو خۆشی و چێژەکانی تری ژیانی سروشتی وەک خۆشەویستی و هاوسەرگیری و نەوەخستنەوە، ئاشق و شەیدای بیروباوەڕەکەی دەبێت. ئەو بیروباوەڕەی دەبێتە مەعشوق ڕەنگە بیروباوەڕێکی سیاسی، ئایینی، مرۆڤایەتی بێت، دیارترینی ئەو کەسانەی کات و ژیانی خۆیان بە بیروباوەڕەکەیان بەخشیوە دایکە" تێریزا"یە، کە ژیانی خۆی بەخشی بە هەژارانی هیندستان، یان ئەکتەری فیلمە زایەندییەکان "بریجیت باردو" کە دارایی خۆی بۆ پاراستنی ئاژەڵان تەرخان کرد، بێگومان لەگەڵ جیاوازیی هاوشێوەیی لە ئاشقبوون بە بیروباوەڕەکەیاندا. ڕەنگە هەندێک لە سەرەتای ژیانەوە ئاشقی بیروباوەڕ ببێت و بۆ ماوەیەکی زۆری تەمەنی، یان تا مردن لەسەری بەردەوام بێت، هەندێکی تریش دەشێت دوای بەسەربردنی تەمەن و ژیانێکی ئاسایی شەیدای بیروباوەڕێک ببێت و لەسەری بمرێت، ئەگەریش هەیە ئاشقبوون بە بیروباوەڕ بۆ زۆر کەس جێی ئەشقە مرۆییەکە بگرێتەوە.

خۆشەویستیی خۆنەویستی؟

خۆشەویستییەکی بەدەرە لە خۆپەرستی و ئیش لەسەر بەخشین

دەکات و بە Altraistic Love نـاو دەبرێت. ئـەو کەسـەی لـەو خۆشەویسـتییەدایە بـە ئەرکـی سـەرشـانی خـۆی دەزانێـت ئـەو خۆشەویستییەی هەبێت و بەخشندە بێت ئەگەرچی لەبەرامبەریشدا بەخشـندەیی سۆزدارییشـی پـێ نەدرێـت، واتـە خۆشەویسـتییەکی بەرمەبنـای قەناعەتێکـی عەقڵییـە زیاتـر لـەوەی لـە دڵـەوە بێـت و ویسـت لـە سـۆز بەهێزتر دادەنێت. لەو جۆرە خۆشەویسـتییانەیش: خۆشەویسـتی مـرۆڤ، خۆشەویسـتیی دراوسـێ، خۆشەویسـتیی بیروبـاوەڕ، خۆشەویسـتیی خـوای پـەروەردگار. خاوەنـی ئـەم خۆشەویسـتییەش دڵسـۆزە لـە هەسـتەکانیدا و لـەو بڕوایەدایـە خۆشەویسـتەکەی پێویسـتیی پێیەتـی.

ئـەم خۆشەویسـتییە نموونەییـە وەڵامدانەوەیەکـی کەمـی لەبەرامبـەرەوە دەوێـت، لـە حاڵەتـی خۆشەویسـتیی خۆنەویسـتیدا (کـە دەکرێـت بـە خەڵکویستییشـی) نـاو بەریـن، بەتایبەتـی خۆشەویسـتیی پیـاو بـۆ ژن، ئەگـەر لایەکیـان هەسـت بـکات خۆشەویسـتەکەی کەسـێکی تـری خـۆش دەوێـت، ئازادیـی دەداتـێ، یـان خـۆی دەسـتبەرداری دەبێـت و دەیبەخشـێتە ئـەو کەسـە و خـۆی لەبـەر ئـازار و ئەشـکەنجەی دابڕانـدا دەگرێـت، هـەر لەبـەر ئـەوەی خۆشـەویستەکەی بەختـەوەر بێت، گەرچـی دڵیشـی داوە بـە کەسێکی تـر، ئەمـە وێنـەی خۆشـەویستییەکی دەگمەنـە، بەڵام هەیە.

خۆشەویستی خودا؟

خۆشەویسـتی خـودا، هـەر جۆرێکیـان بێـت لای مـرۆڤ، بـۆ زۆر هـۆکار دەگەڕێتـەوە:

- خۆشەویستی لە ترسـی خودایەکی خـاوەن هێز و دەسـەڵات لـە گەردووندا.
- خۆشەویستیی خواپەرستی کە لەسـەر مرۆڤ فەرز کراوە.
- خۆشەویسـتیی سوپاسـگوزاری لەسـەر نیعمەتـەکان و

بەخشندەیی پەروەردگار.

- خۆشەویستیی ئەو خودا گەورەیەی مرۆڤ بە هەموو هەڵە و نهێنی و خەوشەکانیەوە بەڕوونی دەبینێت.

بەڵام خۆشەویستیی خودا لە زۆرینەی ئایین و بیروباوەڕەکاندا پیرۆزی و شکۆیەکی دیاریکراوی هەیە، کە لە خۆشەویستیی مرۆڤ بۆ مرۆڤ جیاوازە. لە هەموو ئایین و بیروباوەڕێکیشدا کەسانێک هەن بە پلەیەکی زیاد لە ئاستی ئاسایی و لە دەرەوەی چوارچێوەی خۆشەویستیی پیرۆزییە ناسراوەکە دەکەوێتە خۆشەویستی خوداوە، ئەو کەسانە جیاوازن لە ڕادە و ئاستی تەرخانکردنی نەفسیاندا بۆ خزمەتکردن بە خودا بە خزمەتکردنی ئامانجەکانیان، وەک خۆبەخشی بۆ کاری خێرخوازی و بڵاوکردنەوەی پەیامی ئایین و هاوشێوەکانی لەگەڵ بەردەوامبوونیش لە ژیانی سۆزداری و زایەندییش، هەندێکی تر لەوانە خۆشەویستییان بۆ خودا دەگاتە ئاستی خۆ دیل و کۆتکردن وەک لە مەسیحییەتدا هەیە، دەبینین قەشە و ڕاهیبەکان بە هەردوو ڕەگەزەوە تەنانەت هاوسەرگیرییش ناکەن و ژیانیان بۆ گەیاندنی پەیامی خودا تەرخان دەکەن.

پلەیەکی بالاتر لە خۆشەویستیی خودایی هەیە، کە بە "ئەشقی ئیلاهی" ناسراوە، هەرچەندە حاڵەتێکی دەگمەنە، بەڵام لە تۆمارەکانی مێژووی ئەشقدا لە سەرووی هەموو ئەشقەکانەوەیە، وەک ڕابیعەی عەدەوی لە مێژووی ئیسلامیدا.

ئەشقی خودایی نموونەگیریی خۆشەویستیی خودایە خۆشەویستییەکی گەورەی سۆزداری، ڕۆحی، دەروونی بێئەوەی بتوانرێت جگە لە خودا کەسێکی تر خۆش بویسترێت، واتە خۆشەویستییەکە دەگاتە ئاستی شەیدایی و سەرمەستی و غەزەلیات و لە زۆر لایەنیەوە لە ئەشقی نێوان مرۆڤەکان دەچێت، پرسیاری ئەوەیش، کە بۆچی مرۆڤ دەگاتە ئەو ئاست و پلەی

ئەشقی خوداییە، بێگومان بۆ زۆر هۆکار دەگەڕێتەوە، لەوانەیش: قووڵبوونەوە و ڕۆچوونی ڕۆحی و سۆزداری بە سیفەتەکانی خوای ئافەریدەکار و گەیشتن بە بڕوایەک، کە خودا تاکە کەسێکە شایستەی خۆشویستن بێت، چوونکە لە پلەی "کەماڵ" دایە، ئەم کارەیش لەمیانەی بەراوردێکی دەروونییەوە دەکرێت بەوەی، کە مرۆڤ لەچاو خوای پەروەردگاردا هەیەتی. بێگومان بەراوردێکی نالۆژیکییە، ڕەنگە هەندێک کەس بە هۆی هەستکردنیەوە بە گەورەیی گوناهەکانیەوە بکەوێتە ئەشقی خواوە، چوونکە پێی وایە وێڕای گەورەیی گوناهەکانی، خوای پەروەردگاریش لێبووردەیە و خۆشەویستیی ئەو بۆ خودا، تا ڕادەی ئەشق دەبێتە کەوتنە بەر ئەو لێبووردەییەی پەروەردگار. هۆکارەکان هەرچییەک بن، خۆشەویستی خودا تا ڕادەی ئاشقبوونی نزیک لە ئاشقبوونەوە بە مرۆڤەوە بە یەکێک لە وڕێنە دەروونییەکان دادەنرێت، چوونکە هەموو ئایینە ئاسمانییەکان بەتایبەتی و ئایینە دانراوە زەمینییەکانیش داوا دەکەن مرۆڤ خودای وەک پەروەردگار و پەرستراوێک خۆش بوێت و هاوسەرگیرییش بکەن و یەکتریشیان خۆش بوێت.

هەندێک لێکۆڵینەوەی دەروونی پێی وایە کاتێک مرۆڤ خۆشەویستییەکی تێرکەر لەنێوان مرۆڤەکاندا نادۆزێتەوە، ئیدی هەوڵ بۆ خۆشەویستییەکی زیاتر تێرکەر و بە کەماڵتر دەدات و بێگومان بۆ ئەو مەبەستە تەنها خۆشەویستیی خودای لەپێشدا دەمێنێتەوە (1972de Neutro).

خۆشەویستیی ئەستێرە ناودارەکان چییە؟

مرۆڤ بە سروشتی سەرسامی: جیاواز، بەرز و باڵا، باشترەکانە لە هەموو شتەکاندا، لەئەشقیشدا مرۆڤ هەر بە سروشتی خۆی بە چاوی خۆشەویستییەکی زیادەڕەوانە دەڕوانێتە

خۆشەویستەکەی و هەندێک سیفەتی ئایدیالیستیی پێ دەدات، کە تیایدا نییە و چاویش لەو خەوش و بۆشایی و کەموکورتی و خراپانە دەپۆشێت کە تیایدایە، بەڵام مرۆڤ هاوکات هەر بەو سروشتە زۆر بە کەسی دیار و جێسەرنج سەرسام دەبێت، ئەو سەرسامییەش هەوڵە بۆ بەدیهێنانی هیوای پەیوەندبوون بەو کەسەوە کە سەرسامێتی، یان خواستێکە بۆ ئەوەی ئەویش وەک ئەو بێت و لە سۆزییەوە ئەو خواستی یەککگرتنە وەر دەگرێت. هەندێک لە سەرسامبوونەکان بە کەسانی کاریزمی دەبێت، واتە ئەو کەسانەی لەپای کاری ئایینیدا بێت یان سیاسی ناودار دەبن، وەک کەسێتیی جەمال عەبدولناسر لە عەرەب و گاندی لە هیند لەسەر ئاستە سیاسییەکە. دەشێت سەرسامبوون بە کەسێتییە کاریزمییەکان ویژدانی و عەقڵی بێت، لە کاتێکدا خۆشەویستییەکی تری هاوشێوەی خۆشەویستیی کەسێتی کاریزم هەیە، کە خۆشەویستی ئەستێرە ناودارەکانە. ڕەنگە ناوداری و بەئەستێرەبوون لە بوارەکانی سیاسەت، ئایین، ئابووری، هونەری ...هتد بێت، بەڵام هونەرمەندان پشکی شێریان بەرکەوتووە لە سەرسامبوونی خەڵکی پێیان، بەتایبەتی ئەکتەر و گۆرانیبێژ لە سەرانسەری جیهاندا. ئاشقبوون بە ئەستێرە، لە هەردوو ڕەگەز، لە زۆرینەی بارەکاندا ئاشقێتیی هەرزەکارانەیە، چوونکە سروشتی تەمەنی هەرزەکار سروشتی سەرسامبوونە بە هۆی هەڵچوونی گلاندە سێکسییەکانیەوە، کە هەستی خۆشەویستی بە هەستی حەز و خواست تێکەڵ بەیەکتری دەکات وا دەکات نموونەیەکی هەبێت هەستەکانی ئاڕاستە بکات، ئیتر ئەستێرەکەی، گۆرانیبێژ بێت یان ئەکتەر ئەو خواستەی بۆ بەدی دێنێت.

ئایا مرۆڤ دەتوانێت خۆشەویستیی سروشتی (خۆشەویستیی پیاو بۆ ژن) بە خۆشەویستییەکی تر پڕ بکاتەوە؟

پێویستیی مرۆڤ بە خۆشەویستیی ڕەگەزی بەرامبەری پێویستییەکی خۆڕسکی و بنچینەییە، بە یەکەمین پێویستییە ڕەمەکییە دەروونییەکان دادەنرێت لە مرۆڤدا، بەڵام هەندێک جار ئادەمیزاد لەو پێویستییە بێبەری دەبێت و خۆشەویستێکی لە ڕەگەزی بەرامبەر بۆ دەستەبەر نابێت، یان ڕەنگە لە دەرەنجامی ئەزموونێکدا مرۆڤ لەو پێویستییە خۆی دوور بگرێت، یان پێویستییەکە بگۆڕێت بە پرسی تر یاخود لە ئاکامی بڕوایەکدا، یان لەپای کەموکورتییەکدا پێویستییەکە بگۆڕێت بە شتی تر، بە هەرحاڵ دەشێت مرۆڤ خۆشەویستیی ئاسایی لەنێوان دوو ڕەگەزدا بگۆڕێت بە خۆشەویستییەکی تر، کە جێی ئەو خۆشەویستییە ئاساییە بگرێتەوە، ئەگەر خۆشەویستییە جێگرەوەکە لە بنچینەدا هاوشێوەی خۆشەویستییە نێرینەیی - مێینەییەکە بێت یان هەمان تێرکردنەکانی خۆشەویستییە ئاساییەکە بە خاوەنەکەی ببەخشێت.

لەڕاستییشدا خۆشەویستی جێگرەوە" ئەلتەرناتیڤ" مەرج لەپای نەبوونی خۆشەویستیی سروشتیدا بێت لە ژیانی مرۆڤدا، بەڵکوو ڕەنگە هاوتەریبی ئەو خۆشەویستییە ئاساییە بێت

یان خۆشەویستییەکی تریش بێت هاوشانی خۆشەویستییە ئاساییەکی نێوان هەردوو ڕەگەز. مرۆڤ توانایەکی گەورەی هەیە لە خۆشەویستیدا، بۆیە پێویستیی بە جۆرەها پەیوەندی و پەیوەستیی سۆزداری هەیە لە ژیانیدا، کە ڕەنگە زۆرینەی خولیا و چالاکییە کۆمەڵایەتی و زانستی و هونەری وجەستەییەکانیش قەرەبووکردنەوە، یان زیاترکردنی بڕ و ڕادەی پێویستییەکان بێت بۆ خۆشەویستی.

دەکرێت خۆشەویستیی کەسێک بە خۆشویستنی کەسێکی تر قەرەبوو بکرێتەوە بەبێ بوونی ڕەمەک؟

دەکرێت بەڵام سنووردارە. خۆشەویستیی هاوڕێ، خزمان، دراوسێ، دۆستان، هەموویان وێنەی جوان و باشی خۆشەویستین، بەڵام کیماسیدارن، خۆشەویستیی نێوان ژن و پیاو تایبەتمەندیی دیاریکراو، ڕەگەزی بنچینەیی خۆی هەیە، وەک حەز و ئارەزووی ڕەمەکی کە ئەمەیان لە خۆشەویستی هاوڕێیەتی و هاوشێوەکانیدا ڕوو نادات، ڕەنگە خۆشەویستیی جێگرەوە هەندێ تێربوونی سۆزداری دابین بکات، وەک یەکتربینینی بەسۆزانە، نهێنییەکان، خۆشی و هاوەڵێتی، بەڵام هێشتا لەچاو خۆشەویستیی دووڕەگەزدا کەموکورتیی دەبێت.

ئایا پشتی، بالیف قەرەبووی هەستی خۆشەویستی دەکاتەوە؟

پشتی، بالیف شتێکی نەرمە کە مرۆڤ لەسەر نوێنەکەی سەری دەخاتە سەر، یان دەیکاتە باوەش. کەلەپوورێکی لە مێووی مرۆڤایەتیدا هەیە پەیوەند بە خەون و سێکس و سۆزداریی گەرمەوە، لەئامێزگرتنی پشتی ڕەنگە قەرەبوویەکی

کاتیی ساتەوەختی بکاتەوە، بەڵام وەک هەموو وێنەکانی تری خۆشەویستی قەرەبووی ڕاستەقینەی خۆشەویستییە سروشتییەکە ناکاتەوە، بەڵکوو قەرەبوویەکە سووکنایی ناتەواو.

ئایا بووکەڵە و یاریەکان قەرەبووی خۆشەویستی دەکەنەوە؟

بووکەڵە، نموونەیەکی بچووککراوەی مرۆڤ یان ئاژەڵە، بۆیە دەکرێت نما "ئیجا"یەک بە جێگرەوەیەکی مرۆڤ ببەخشێت. بووکەڵە، یان بووکەشووشە، لە بنچینەدا بۆ ئەوە کراوە منداڵ قسەی لەگەڵدا بکات کاتێک دایکی بە ئیشەوە خەریک دەبێت، کەواتە قەرەبوویەکی کاتییە بۆ نەبوونی کەسێک و منداڵیش لە سنووری عەقڵی خۆیدا پەیوەندییەکی سۆزداریی لەگەڵدا پێک دەهێنێت. دەروونناسانی بواری منداڵ پێیان وایە بووکەڵە شتێکی زۆر گرنگە بۆ گەشەدان بە زمانگرتنی منداڵ و پەرەدان بە ئەندێشەی کۆمەڵایەتی و دەبێتە مەشقێکی زۆر باش بۆ هونەری پەیوەندیی لەگەڵ مرۆڤدا لە گەورەبوونیدا. هەندێکی تر پرسەکە لەوەیش گەورەتر دەبینن و پێیان وایە بووکەڵە ڕەنگە زۆر شتی نێو زەینی منداڵ دەر بخات، لە ئەزموونی خۆیشمانەوە وەک شارەزا و پسپۆڕی پرسە سێکسییەکان، دەبینین بووکەڵە ئامرازێکی باشە بۆ زانینی بیرکردنەوەی سێکسی منداڵ، بگرە ئێمە بووکەڵە بۆ دەرخستنی ئەو گێچەڵە سێکسییانەیش بەکار دەهێنن کە تووشی منداڵ دەبن.

بەڵام لە بارەی بەکارهێنانی بووکەڵەوە وەک جێگرەوە، یان قەرەبووکردنەوەی خۆشەویستی، دەبینین بووکەڵە بە شێوەیەکی کرداری دەشێت قەرەبووی بڕێک، یان ڕادەیەک خۆشەویستی بکاتەوە لای هەندێک، چوونکە زۆرینەی کچان، یان ئەو ژنانەی منداڵیان نابێت، هۆگری بووکەڵەیەک دەبن بۆ ئەوەی سۆز و پێویستییان بە خۆشەویست یان منداڵ قەرەبوو بکەنەوە. لە

زۆر حاڵەتیشدا ڕەنگە بووکەڵە ببێتە جێگرەوەی خۆشەویستی نێرینە بۆ مێیینە، ئەم حاڵەتانە لەنێو ئەو کچانەدا باوە، کە پەیوەندیی خۆشەویستی لەگەڵ بووکەڵەیەکدا، مرۆڤ بێت یان ئاژەڵ بە قەبارەی مرۆڤێک دەبەستن. (تادی) بووکەڵەکەی زنجیرەی "ئەنتۆنێلا" نموونەیەکە بۆ قەرەبووکردنەوەی خۆشەویستی بە بووکەڵە. ئەمریکییەکان لە خەڵکی وڵاتانی جیهان زیاتر خۆشەویستی بە بووکەڵە قەرەبوو دەکەنەوە، دیارترین بووکەڵەیش، کە لای تازەپێگەیشتووان بەکار دەهێنرێت بووکەڵەی *کچە هەناسەبڕاوەکە*یە. لێکۆڵینەوە دەروونییەکان لەسەر ئەو بووکەڵەیە سەلماندوویانە، کە ئەمریکییەکان بۆ قەرەبووکردنەوەی دابڕانی پەیوەندی باوکان لەگەڵ کوڕەکانیاندا بەکاری دەهێنن و هەستکردنیان بەتاوانباری بەو بووکەڵەیە ناهێڵن (1984Beisel).

پەنجەمژینی منداڵ قەرەبووی سۆز و خۆشەویستیی بۆ دەکاتەوە؟

پەنجەمژین یان هەر جووڵەیەکی تری جەستەیی بە پلەی یەکەم کەمکردنەوەی حاڵەتی گرژی دەروونییە، لەبەر ئەوەی ڕەفتارەکەیش لە بنەڕەتدا ڕەفتاری منداڵییە، گرژیکەیش بەزۆری نەبوونی ئارامییە کە خۆی لە بێبەریبوون لە دایکدا دەبینێتەوە ئەگەر بێبەریبوونێکی کاتییش بێت، وەک چوونی دایک بۆ ئیش، سەرقاڵبوونی بە کاروباری ناوماڵ و تەنانەت خەوتنی لە ژووری خۆیدا و بەجێهێشتنی منداڵەکەی بەتەنیا. لە کۆمەڵگە خۆرهەڵاتییەکاندا بەتوندی مامەڵە لەتەک پەنجەمژیندا دەکرێت و دایک یان هەرکەسێکی تری خێزانەکە بە قاییمی پەنجەی منداڵەکە لە دەمی دەر دێنن و سزایشی دەدەن، لە کۆمەڵگە خۆرئاواییەکاندا بەگشتی و لە بەریتانیا بەتایبەتی، منداڵ هان

دەدرێت بۆ پەنجەمژین. دەروونناسان پێیان وایە پەنجەمژین شێوازێکی باشە بۆ کەمکردنەوەی گرژیی دەروونی و بەخشینی برێک لە ئارامی و دڵنیایی لە هەر تەمەنێکدا بێت. لەو وڵاتەدا ئەگەر کچێکی تەمەن بیست ساڵانیش پەنجەی بمژێت بە دیاردەیەکی ئاسایی دادەنرێت. بیرکردنەوەی خۆرئاوایی وایە، کە هەر شێوازێک خودی مرۆڤ بیکات بۆ کەمکردنەوەی گرژیی دەروونی و نەبوونی خۆشەویستی و ئارامی و دڵنیایی قبوڵ کراوە، ئیتر بە پەنجەمژین بێت یان دەستپەڕ و هەر جۆرێکی تر لە جووڵە جەستەییەکان، بێگومان ئەوە هاندانێکی تەندروست و باش نییە و قەرەبووی بێبەریبوون لە خۆشەویستی ناکاتەوە، بگرە وا لە تاک دەکات پشت بە جووڵە و چرپەکانی ناخی خۆی ببەستێت و دەبێتە هۆی پەکخستنی گەشەی سروشتییانەی هەست و سۆزی خۆشەویستی.

ئایا ئاژەڵ خۆشەویستیی مرۆڤ قەرەبوو دەکاتەوە؟

پێشتر باسمان لە"وێنەکانی تری خۆشەویستی" کرد، گوتمان خۆشویستنی ئاژەڵ وێنەیەکی جیاوازی ترە لە خۆشەویستی، کە مرۆڤ لە ژیانیدا دەیبێت، بێگومان خۆشەویستی ئاژەڵ هاوڕێیەتی و سۆز بە مرۆڤ دەبەخشێت، لە وێنە کەمێک زیادەڕۆکانیشدا ڕەنگە بگاتە سووکنایی و تێربوونی سێکسییش، کە لە سێکسزانیدا بە "ئاژەڵگەریی" ناو دەبەین، یان ئاشقبوون بە باخچەی ئاژەڵان (Beastility Zooohilia) دیارە ئەم قەرەبووکردنە بە ئاژەڵ زیاتر لە کۆمەڵگە خۆرئاواییەکاندا باوە، کە پەیوەندییە کۆمەڵایەتییەکان زیاتر تاکە کەسی و خۆپەرستانەن و تەنیایی و خەمۆکی لەو مەترسییە دەروونییانەن کەسی پیر و بەتەمەن، یان کچی تەنیا بە خۆشویستنی ئاژەڵ قەرەبووی دەکەنەوە، تا لەو خەمۆکییە ڕزگاریان بکات، بەڵام هەندێ لە خۆشویستنی

ئاژەڵدا دەگەنە ڕادەی زۆر هۆگری و پەیوەستبوونێکی سۆزداری، بە جۆرێک ئەگەر ئاژەڵەکە لەدەستیان هەڵبێت، یان مردار بێتەوە، ئەگەر هەیە ئەوانیش بمرن یان بکەونە خەم و ناسۆر و دابڕانێکی دەروونییەوە، کە پێویست بە چارەسەری دەروونیی جیددی بکات(Keddie).

ڕاستە دیکتاتۆر و ستەمکارانی مێژوو بەو دیکتاتۆرییەت و ستەمە قەرەبووی بێبەریبوونیان لە خۆشەویستی دەکەنەوە؟

لێکۆڵینەوە شیکارییەکان بۆ زۆرێک لە کەسێتییە دیکتاتۆر و ستەمکارەکانی مێژوو سەلماندوویانە، کە ئەو کەسێتییانە کێشەی خۆشەویستییان هەبووە لە ژیاندا، بەزۆرییش لە منداڵییەکدا ژیاون دڵڕەقی و توندوتیژیان دەرهەق کراوە و لە خۆشەویستی بێبەش بوون، یان لایکەمی جۆر و بڕی خۆشەویستی لە ئاستیاندا سروشتی نەبووە.

خۆشەویستی لە خۆیدا دەسەڵات و هێز و هەژموونە، مرۆڤی سروشتییش بەو هێز و دەسەڵاتەوە دەژی، جارێک ئاشقێکە ناتوانێت ملکەچی ئەو دەسەڵات و هەژموونەی خۆشەویستی نەبێت، تاوێکیش مەعشووقە و خۆی دەبێتە خاوەنی ئەو هێز و دەسەڵاتە و کەسێک لە خۆشەویستییدا ئازار دەچێژێت، بێبەریبوون لەو ئەزموونکردنە بەچێژە، ڕەنگە کەسەکە هان بدات بۆ گەیشتن بە خۆشەویستیی دەسەڵات و بەکارهێنانی بۆ پڕکردنەوەی ئەو ئەزموونکردنە، کە دەبێ بە شێوەیەکی سروشتی بێت. هەندێک کەس لەتاو زۆر بێبەش و بێبەریبوونی، یان لەبەر خراپیی ئەزموونی لە خۆشەویستیدا، ڕەنگە دەسەڵات وەک ئامرازێک بۆ سزادانی خەڵکی بێتاوان بەکار بێنێت و قەدەریان وا دەبێت ببنە قوربانیی شتێک نەیانکردووە، ئەمەیش بە گۆڕینی تووڕەیی ناو دەبرێت.

گۆڕینی توورەیی لە سزادانی خەڵکانێکدا نموونەگیری دەکات، کە دەتوانیت سزایان بدەیت، چوونکە تۆ لە قۆناغێکدا ئازار و سزا دراویت و بێبەری کراویت، کە نەتتوانیوە بەرگری لە خۆت بکەیت. هەندێک جاریش وا دەبێت مرۆڤ وا فێر بێت خۆشەویستی بە هێزەوە ببەستێتەوە، ئیتر پێی وایە بڕێک هێز و توندوتیژی پێویستە بۆ ئەوەی خۆشەویستییەکە کامڵ بێت، یەکێک لە لێکۆڵینەوە باشەکان لەسەر ژیانی چەرچڵ کراوە، کە منداڵییەکی بێخۆشەویستی ژیاوە. لێکۆڵەرانی شیکارییەکە دەڵێن چەرچڵ بە خۆشەویستیی دەسەڵات پێویستیی بە هێزی خۆشەویستیی قەرەبوو کردۆتەوە، چەرچڵ لەسەر دەستی پەروەردەکارێک بە ناوی" ئەلیزابێس ئیڤرست" پەروەردە کراوە، ئەویش تەنها هێزی پێ دەدا نەک خۆشەویستی، بۆیە وەک دەسەڵاتدارێکی بەهێز چووە مێژووەوە لاخسفخی ١٩٨٥.

نیشانەی "شتخۆشەویستن" خۆشەویستیی شت چییە؟

مرۆڤ بە چەند هۆکارێکەوە بەو شتانەوە پەیوەست دەبێت کە هەیەتی یەکەم: پێویستی پێیەتی و ئێمەیش ئەو شتانەمان خۆش دەوێت، کە پێویستیمان پێیانە چوونکە خواستێکمان بۆ بەدی دەهێنن. دووەم: هەموو کەسێک کە شتی هەیە بێگومان کڕیویەتی و پارەی پێ داوە و مرۆڤیش ئەو شتانەی خۆش دەوێن، کە بەشێک لە هەوڵی خۆی پێ داون. سێیەم: ئەوەی هەمانە و جۆرەکەیشی ڕەنگدانەوەی کەسێتی و بەهای بوونمانە. چوارەم: مرۆڤ هۆگری و یادەوەری و پەیوەستیی دەروونی لەگەڵ شتە ماددییەکاندا پێک دەهێنێت و لە ڕووی دەروونییەوە پێیانەوە پەیوەند دەبێت.

هاوکات دەشێت مرۆڤ بە شێوەیەکی دیار سۆزدارییانە بە شتگەلێکەوە پەیوەست بێت، کە یەکسانی بکات بە خۆشەویستیی

کەسێکەوە لەگەڵیدا دەژی، یان قەرەبووی خۆشەویستییان پێ بکاتەوە، بگرە ڕەنگە بگاتە ڕادەی ئەوەی بیانکاتە جێگرەوەی ئەو خۆشەویستییە.

ئەوانەی شت کۆدەکەنەوە و بە "Collecters" ناو دەبرێن، لەوانەیش ئەوانەی بەتایبەتی شتی ئەنتیکە" توحفە" کۆ دەکەنەوە، ئەمانە ڕەنگە شەو و ڕۆژ لای ئەو شتانەیاندا بەسەر ببەن، کە دەشچن بۆ ئیشکردن دوایی زۆر بە شەیدایی و پەرۆشییەوە دێنەوە بۆ لای شتەکانیان، کە ڕەنگە پەیکەرێک یان دراوی کۆن بێت، دەستی لێ دەدەن، پاکی دەکەنەوە، بە چاوی گەش و پڕ لە خۆشەویستییەوە هێندەیان خاوێن دەکەنەوە تا بریقەیان لێ دێت. ئەشقی ئۆتۆمبێل لە دیارترینی ئەو شتخۆشویستنانەیە کە لە پیاوی ئەم سەردەمەدا هەیە. ڕاستە هەموو کەسێک ئۆتۆمبێلی خۆی خۆش دەوێت، بەڵام خەڵکی هەن کە سواری دەبن نەشئەیەکی سێکسی دەیانگرێت و هاوشێوەی خۆشەویست مامەڵەی لەگەڵدا دەکەن بە پاراستن و پاککردنەوە و بە دەورداهاتنی، تا کار دەگاتە ئەوەی هێندەی خۆشیوەرگرتنی لەگەڵ ڕەگەزی بەرامبەریدا خۆشی لە ئۆتۆمبێلەکەی وەر دەگرێت"Richard 1993 ".

ئاڵوودەبوون بە کارەوە چییە؟

ئاڵوودەبوون بە ئیش و کارەوە Workaholic بریتییە لە حاڵەتی پەیوەستبوون بە ئیشەوە لە کاتە دیاریکراوەکانی خۆی زیاتر، ئاڵوودەبوونەکە بە خواستی خۆبەخشانەی کەسەکە بێت نەک بە زۆر. وێڕای هەستکردن بەوەی ئیشکردن گرنگترین شتە لە ژیاندا و ڕوونیش بێت، کە ئاڵوودەبوونەکە لەسەر حیسابی تەندروستیی خۆی و ژیانی خێزانی و کۆمەڵایەتیی بێت.

ئیش گرنگە بۆ مرۆڤ و هەندێک توێژەر لەبەر گرنگیی

بە یەکێک لە ڕەمەکانی دادەنێن. ئیشکردن وا دەکات مرۆڤ هەست بەگرنگیی خۆی بکات وەک ئافەریدەکراوێکی بەرهەمهێنەر(1975Seyle)، بەڵام ئیش هاوکات ڕەنگە ببێتە قەرەبووکەرێکی زۆر باشی خۆشەویستی..یان مرۆڤ بەهۆی قەرەبووکردنیەوە لە بێبەریبوون لە خۆشەویستی پێوەی پەیوەست بێت، یاخود لە خۆشەویستیدا قەرەبوویەک بدۆزێتەوە ئیدی پێویستیی بەو خۆشەویستیانە نەمێنێت لە دەوروبەریدا هەن. لە لێکۆڵینەوە جوانەکان لەبارەی ئیش و کارەوە وەک پەیوەندیی خۆشەویستی لەگەڵ مرۆڤدا، لێکۆڵینەوەکەی توێژەر ئیلیس (1983Ellis) لەژێر ناوی *فەلسەفەم لە کار و خۆشەویستیدا*، توێژەر دەڵێت مرۆڤ دەتوانێت لەگەڵ ئیش و کاردا پەیوەندییەک ببەستێت بە تێگەیشتن و پێگەیشتن پەرە بسەنێت، پرسەکە بڕێکی زۆر لۆژیکی تێدایە، چوونکە ڕەنگە بە بیرۆکەیەک دەست پێ دەکات و دواجار دەرەنجامێکی لێ بکەوێتەوە شادمانی و سەرکەوتنی تێدا بێت.

کار لە زۆرینەی بارەکاندا تێربوونێکی بێکێشە و وەڕسبوون بە مرۆڤ دەبەخشێت ئەگەر مرۆڤەکە بە باشی کارەکەی بکات، ئەوەیش دۆخێکی جیاوازە لە پەیوەندییە سۆزدارییەکانی نێوان ژن و پیاو، کە جارجارێک کێشە و گرفت و ململانێ و ئازارچەشتنی تێ دەکەوێت. کار خۆشەویستیکی بێدەنگە و هیچ کێشە و ململانێیەکی نییە و بۆ ماندووبوونیشت لەگەڵیدا بە بەرهەم و خۆشیی سەرکەوتن و پەرەسەندن پاداشتت دەداتەوە.

دەرککردن بە ڕادەی لێکچوونی پەیوەندیی نێوان کار و پەیوەندیی خۆشەویستی هەندێک سەنتەرەکانی مەشق و ڕاهێنانی پیشەیی وا لێ کردووە ئیش بە بیرۆکەی ئاشقبوون بەکار بکەن وەک شێوازێکی گەشەدان بە کارەکان. ئەو سەنتەر و پەیمانگانە چەمکێکی هاوشێوەی شادبوونی نێوان کار و شادمانی بە

خۆشەویستی تێکەڵ بە یەک دەکەن، تا فەرمانبەر هەست بکات لە ئیشەکەیدا لە حاڵەتی خۆشەویستییەکی گەورەدایە (1991Sarickas).

ئەشقی کار، یان ئاللوودەبوون بە کارەوە بۆتە یەکێک لە نەخۆشییە باوەکانی سەردەم و تەنها وەک حاڵەتێکی دەگمەنی قەرەبووکردنەوەی خۆشەویستی نەماوەتەوە.

مرۆڤی سەردەم گرنگیی لایەنی کۆمەڵایەتیی مرۆڤانەی زۆر بەرتەسک کردۆتەوە، چوونکە نە خۆشەویستیی سێکسی و نە خۆشەویستیی خێزانی و نە خۆشگوزەرانییەکانی ژیانیشی بەلاوە گرنگە، بەڵکوو کاری لە هەموویان بەلاوە گرنگترە، ئەمەیش هاوڕەوتی نیشانە و حاڵەتە تاکە کەسی و سەربەخۆییەکانی مرۆڤی هاوچەرخە، کە بڕوای بە کار و بەرهەمهێنان زیاترە و بێبایەخ دەڕوانێتە خۆشەویستی و ژیانی کۆمەڵایەتی و لەلایەن دەروونناسانەوە بە مۆدێلی کەسێتیی (A) ناو براوە، ئاڵوودەبوون بە کارەوە جیاوازە لە جۆرەکانی تری قەرەبووکردنەوە، چوونکە ئەمیان مرۆڤ دەکاتە ئامێری بەرهەمهێنان و دەبێتە هۆکاری زۆرێک لە نەخۆشییە جەستەییەکان لە ئاکامی ماندووبوون و گوێنەدان بە تەندرووستی و نەخۆشییەکان، وەک نەخۆشییەکانی دڵ (1979Kegan et al).

پەیوەندیی ئەو ماددانەی خوویان پێوە دەگیرێت لەگەڵ خۆشەویستیدا چییە؟

لێکۆڵینەوە تایبەتەکان بە ئاڵوودەبوون سەلماندوویانە کەسی خووگرتوو یان لە سۆزێکی ماندووکەر ڕادەکات یان بۆ قەرەبووکردنەوەی سۆزێکە بێبەرییە لێی، بۆیە ئاڵوودەبوون پەیوەندییەکی زۆری بەخۆشەویستییەوە هەیە، زۆر مادده هەن دەبنە هۆکاری ئاڵوودەبوون وەک:

- ئاڵوودەبوون بە جگەرەکێشانەوە.
- ئاڵوودەبوون بە مەیخواردنەوە.
- ئاڵوودەبوون بەو ماددە هۆشبەرانەی بۆن دەکرێن.
- ئاڵوودەبوون بەو ماددانەی بە دەرزی لێ دەدرێن...هەتد.

ڕەنگە خوێنەر باسی تیۆرەکانی خۆشەویستی و کەسێتیی ئاشقانی بێتەوە یاد، ئێمە پێشتر باسمان لە تیۆرەکانی خۆشەویستی و ئاڵوودەبوون بە خۆشەویستییەوە و ئاشقی خووگرتوو بە ئەشق و لەیەکچوونی نێوان سۆزیی خۆشەویستی و حاڵەتی ئاڵوودەبوون بە ماددە هۆشبەرەکانەوە کرد، وەک پەرۆشی بۆ ماددەی هۆشبەر هاوشێوەی پەرۆشی بۆ گەیشتن بە خۆشەویست، یان ترسی لەدەستدانی خۆشەویست هاوشێوەی ترسی دەستنەکەوتنی ماددەی هۆشبەر. چاوەڕوانکردنی پڕ لە پەرۆشی و شەیدایی ژوانی خۆشەویست هاوشێوەی ساتەوەختی دەستکەوتنی ماددەی هۆشبەر یان ساتەوەختی بانگدان لە مانگی ڕەمەزاندا بۆ ئەو کەسانەی بەوپەڕی خۆشییەوە جگەرەیەک دادەگیرسێنن، یان دەچنە خەڵوەتەوە لەگەڵ پێکێکدا، کە بەنەشئەوە دەیخۆنەوە، کەواتە پشتبەستنی دەروونیی خووگرتوو بە ماددەی هۆشبەرەوە، تا ڕادەیەکی زۆر هاوشێوەی پشتبەستنە بە خۆشەویست، بێگومان وەک چۆن خۆشەویستیی حەسرەت و ئازاری خۆی هەیە ئاڵوودەبوونیش بە ماددەی هۆشبەرەوە بە هەمان شێوەیە، بەو جۆرەیش ماددەی هۆشبەر بە کۆی وردەکارییەکانییەوە لە پەیوەندیی خۆشەویستی دەچێت لە ڕووی سڕبوون، خۆشی و ئۆخژنی ساتەکانی بەکارهێنانی و گەیشتن بە خۆشەویست و هەموو ئەو حاڵەتانەی تر، کە لە خۆشەویستیدا بەدی دێن. دەروونناسان پێیان وایە جگەرە و پێکی مەی قەرەبووی خۆشەویستیی دایک و چێژبینین بە دەم و خۆشەویستی نەهاتوو"غایب" دەکاتەوە، کەواتە حەزەکان

بۆ ئاڵوودەبوون قەرەبووی خۆشەویستی دەکەنەوە ئەگەرچی قەرەبووکردنەوەیەکی هەڵەیش بێت، بەڵام قەرەبووکردنەوەیەکی بەهێزە لە ڕووی قووڵی و فرەلایەنیی هاوشێوەبوونیەوە بەوەی خۆشەویستی یان ئاڵوودەبوونەکە بە مرۆڤی دەبەخشن ((1972Saul)، (1982Morris and Morris

ڕاستە دابڕان مادە خووپێوەگرییەکان وەک دابڕانە لە خۆشەویست؟

ئەگەر مادە خووپێوەگرییەکان هەستەکی بێت یان نەستەکی ڕۆڵی قەرەبووکردنەوەی بێبەریبوون لە خۆشەویستیی قۆناغی منالی ببینن، یان خۆشەویستییەکی کۆن لە ژیانی کەسی خووگرتوودا، بێگومان دەستنەکەوتنی یان دابڕان لێی هاوشێوەی دابڕان دەبێت لە خۆشەویست، ڕەنگە لە زۆر جاردا ئاڵوودەبوون بەهەڵە یان وەک خوویەک دەست پێ بکات، بەڵام ئەو خۆشی و پشووەی ئاڵوودەبوون بە کەسی خووگرتووی دەدات وای لێ دەکات وێڕای ئازارەکانی خۆشی بوێت. چارەسەری ئاڵوودەبوون، چاککردنەوە و ڕزگارکردنی لە کۆیلایەتی بۆ ئاڵوودەبوون ڕەنگە مرۆڤێکی نوێی ئازاد بێنێتە ئارا، بەڵام هاوکات بۆشاییی دابڕان لە ناخیدا جێدەهێڵێت، هەستکردن بەوەی کەسێکی بێناخ و بێبەرییە.

لە چارەسەرکردنی ئاڵوودەبووندا شارەزا و پسپۆڕان ئەم خاڵە لە بەرچاو دەگرن، بەتایبەتی لە ولاتانی خۆرئاوادا، کە دەبێ ئەو بۆشاییە بە خۆشەویستییەکی تر پڕ بکرێتەوە، ئیتر خۆشەویستیی خودی خۆی بێت یان خۆشەویستیی کەسێکی تر، خۆشەویستیی کارێک...هتد. بەڕاستی مانەوە لە دابڕانی ئاڵوودەبووندا ڕەنگە بگاتە زۆر دەرەنجامی نەرێنی لە هەموویشیان سووکتر گەڕانەوەیە بۆ ئاڵوودەبوونەوەکە

بـۆ پڕکردنـەوەی ئـەو بۆشـاییەی لـە چارەسـەری بێجێگـرەوەدا دروسـت دەبێت. لـە لێکۆڵینەوەیەکی دەروونیـی هـەردوو توێـژەر چارلـز و هۆڵسـینگدەردا، تێبینیـان کـردووە هەندێـک لەوانـەی لـە ئاڵوودەبـوون چاکبوونەتـەوە تووشـی بێبەریبوونێکی زۆر و ئـازار و حەسرەتکێشـانی دابڕان هاتـوون و کە وای لێ کـردوون هەوڵی خۆکوشـتن بـدەن(1986Charles and Holsingder).

نەخۆشییەکانی خۆشەویستی

ئایا خۆشەویستی نەخۆشییە و نیشانەی تایبەتی هەبێت؟

ئەگەر لە ئاسەوارە نەرێنییە دەروونی و جەستەییەکانی ئەشق ورد بینەوە دەبێ دان بەوەدا بنێین، کە خۆشەویستی نەخۆشییە، بگرە نەخۆشییەکی پێکهاتە زۆر ئاڵۆزە، خۆشەویستی لە باشترین حاڵەتەکانیدا بۆ ئاشق دەبێتە فشارێکی زۆری دەروونی، ئاگری ئەشق و هەستکردنی ناچارانەی کەمەندکێشبوونی ئاشق بەرەو خۆشەویست، هەروەها هەستەوەریی زۆری دەرچوو لە سنووری سروشتی مرۆڤ بەبێ خۆشەویستی و شەونخوونی و چاوەڕوانی لە ڕۆژدا، ژیان لە بێبەریبووندا...هتد، وردەکاریی دیکەی دەروونی پەیوەندن بە خۆشەویستییەوە و هەموویشیان هۆکاری شەکەتکەری جەستە و دەروونن و دەبنە هۆی تێکچوونی جەستە و دەروونیش، کەواتە وەڵامی پرسیارەکە بەکورتی: بەڵێ خۆشەویستی نەخۆشییە و نیشانەی زۆریشی هەیە(1985Carotenuto).

ڕاستە خۆشەویستی گەورەترین هۆکاری تێکچوونە دەروونییەکانە؟

لە لێکۆڵینەوەکان و لە واقیعی ژیانیشەوە تەئکید دەکەینەوە، .

کە خۆشەویستی مرۆڤ تووشی ڕادەیەکی زۆر لە تێکچوونی دەروونی دەکات، خۆشەویستی تەنانەت لە دۆخە سروشتییەکەیشیدا مرۆڤ دەخاتە ژێر باری فشار و ماندوێتی و دەردەسەریی وەک: ئایا خۆشەویستییەکەم تا هەتایە بەم جۆرە دەمێنێتەوە؟ چۆن خۆشەویستەکەم بپارێزم و بۆ خۆمی بهێڵمەوە؟ ئەمانە و زۆر شتی تری سروشتی، کە کەسی ئاشق شپرزە و دەروونئاڵۆز دەکەن، بەڵام خۆشەویستی ئەگەر هەندێک کێشە و گرفتی هاتە ڕێ مرۆڤ تووڕە دەکەن، تووشی خەمۆکی، نیگەرانی، غیرە، دوودڵی و ڕارایی دەکەن، بەڵکوو هەندێک کەس بە هۆی خۆشەویستییەوە ڕەنگە بگەنە ڕادەیەکی هێندە زۆر لە خەمۆکی و تێکچوونی نەخۆشی، وا لە مرۆڤ دەکەن ژیری و لۆژیک و پێویستی بە وردبوونەوە لە پێداویستییە بنچینەییەکانی ژیانی لەبیر بچێتەوە، بێگومان ئەو تێکچوونانەیش ڕەنگدانەوەیان لەسەر ئەرک و فەرمان و بەرهەم و بیرکردنەوەی ئابووری و بارودۆخی کۆمەڵایەتیی دەبێت. بە کورتی و کوردی، دەمانەوێت بڵێین، ڕەنگە سۆزداریی خۆشەویستی لە هەر هۆکارێکی تر زیاتر مرۆڤ تووشی تێکچوونی باری دەروونی و جەستەیی بکات.

ئەو نەخۆشییانە کامانەن لەپای نەبوونی خۆشەویستیدا دەر دەکەون؟

پێشتر باسمان لە گرنگیی خۆشەویستی کرد، لە ژیانی مرۆڤدا و چۆن نەبوونی خۆشەویستی یان تێکچوونی هاوسەنگی لە خۆشەویستیدا دەبێتە هۆکاری تێکچوونی مرۆڤ خۆیشی بە تەواوی. لێکۆڵینەوە دەروونییەکان سەلماندوویانە هەموو تێکچوونێکی باری دەروونی لە مرۆڤدا دەگەڕێتەوە بۆ کەموکورتی لە خۆشەویستیدا، خۆشەویستیی دایک، باوک،

خوشک و برا، هاوسەر، تاکەکانی کۆمەڵگە و تەنانەت کەموکورتی لە خودخۆشویستندا. بە کورتکردنەوەیەکی گشتی دەڵێین: هەموو نەخۆشییە دەروونییەکان پەیوەندییان بە خۆشەویستیی کێماسیدار، یان بە نەبوونی خۆشەویستییەوە هەیە "بێبەریبوون لە خۆشەویستی"، بگرە بێبەریبوون و نەبوونی خۆشەویستی دەبێتە هۆکاری نەخۆشیی جەستەیی، کە بنچینەکەی دەروونییە و بە سایکۆسۆماتی ناسراوە.

بۆ نموونە دەڵێین، لەپای نەبوونی خۆشەویستیدا تێبینیی ئەم نەخۆشییانە دەکرێت:

- ڕادەیەک لە نەبوونی وردەکاری و پێنەگەیشتن لە بڕیاردانی دروست بۆ پرسەکانی ژیانی ڕۆژانە (1979Schwarz and Zuroff).

- ڕادەیەک لە شێتی، یان بیرکۆڵی کە لە بێتوانایی لەو ئیش و کارانەدا نموونەگیری دەکات، کە خەڵکانی هاوتەمەن و ژێر دەیکەن، ڕەنگە بیرکۆڵییەکە بگاتە ئاستێک کەسەکە نەتوانێت ئەو کارانەیش بکات جووڵە و هەوڵی ماسوولکەییان دەوێت لەسەر ئاستی جەستەیی و پزیشکی(1988Cases).

- تووشهاتن بە زۆرێک لە ئاڵوودەبوونەکان بە مەبەستی قەرەبووکردنەوە - پێشتر لە بابەتی "قەرەبووکردنەوەی خۆشەویستیدا" باسکراون، کە هەندێکیان ئاڵوودەبوونی مەترسیدارن، وەک ئاڵوودەبوون بە مەی، ئاڵوودەبوون بە ئیشکردن ...هتد.

- هەستکردن بە بێتوانایی سۆزداری لە ئاستی پرسەکانی تر و بێتوانایی لە کاری سێکسی لای پیاو، ساردیی سێکسی لای ژن، هەر لەبەر ئەوەی پەیوەندیی بە خۆشەویستییەوە هەیە(1991Mehler).

- پێکهاتنی زۆرینەی هەستە نەرێنییەکانی وەک ڕقوکینە،

ئیرەیی، شەڕەنگێزی بە هەموو وێنەکانییەوە. جارێکی تر تەئکید دەکەینەوە، کە هەموو نەخۆشییە دەروونییەکانمان پەیوەندییان بە کەموکورتییەوە هەیە بە تێرکردنە سۆزدارییەکانەوە.

بۆچی خۆشەویستی دەمرێت؟

لە هەموو پرسیارە گرنگترەکان لەبارەی خۆشەویستییەوە، ئەم پرسیارە نامۆ و سەراسیمەکەرەیە لەبارەی چۆنێتیی گۆڕانی پەیوەندییەکی مرۆییە لە پێچەوانەوە بۆ پێچەوانەیەکی تر، واتە لە وەرچەرخانی بارودۆخی سۆزدارییەکی گەرموگوڕی پڕ لە شەیدایی و خەم و ئازارە بەچێژەکانی خۆشەویستی و قبوڵکردنی یەکترییەوە بەو حاڵەتانەیشەوە، بۆ پەیوەندییەکی ساردوسڕی پڕ لە بێزاری و یەکتریقبوڵنەکردن، کە خاوەنەکەی وا هەست دەکات لەگەڵ جەستەی مردوویەک، یان لەگەڵ دووژمنی خوێنخۆریدایە.

کردنەوەی دۆسیەی مردنی خۆشەویستی وا دەکات خۆکردانە دۆسیەی بێزاری و وەڕسبوون لە پەیوەندییە سۆزداری و هاوسەرێتییەکاندا بکەینەوە، وێڕای کردنەوەی دۆسیەی ناپاکیی "خیانەتی" سۆزداری و هاوسەرێتی و دۆسیەی شەڕ و ناکۆکییەکانی پەیوەندییەکانی نێوان ژن و پیاو، سەرباری کێشەی تەڵاق و سەرگەردانبوونی منداڵ و...هتد، کە هەموویان بە شێوەیەک لە شێوەکان دەگەڕێنەوە بۆ کێشەی سۆزداریی نێوان ژن و پیاو، کە خۆشەویستی لەنێوانیاندا دەمرێت، لەبەر ئەوەی کردنەوەی دۆسیەی هەریەک لە ناپاکی بێت یان بێزاری یان تەڵاق کتێبێکی تایبەت بە خۆیان دەوێت، لێرەدا هەوڵ دەدەین باس لە هۆکارە گشتییەکانی مردنی خۆشەویستی بکەین:

١ - خۆشەویستی بۆیە دەمرێت ئێمە خۆمان دەگۆڕێین:

ڕاستییەکەی ئەوەیە واقیعێک هەیە ئێمە پشتگوێی دەخەین، ئەویش ئەو گۆڕانکاریانەیە کە وەک مرۆڤ بەسەرماندا دێن،

ڕەنگە گۆڕانەکە پاش ماوەیەکی درێژخایەن، یان زۆر بەخێرایی ڕوو بدات لە دەرەنجامی قۆناغێکی گواستنەوە لە تەمەندا بێت یان لە دەرەنجامی بارودۆخی نائاسایی زۆر پرسی تر، کاتێک خۆمان دەگۆڕێین، زۆر شتی تریشمان دەگۆڕێن، بیرکردنەوەی سیاسی، ئایینی، ئابووری، چێژ و سەلیقەمان بۆ جوانی، بۆ کەسێتی، بۆ خواردن، بۆ ڕەنگ، بۆ کەرەستە و پێتاکی ناومال و تەنانەت دید و بۆچوونمان بۆ ژیانیش دەگۆڕێت، کەواتە گرفتی سەرەکی لەوەدایە ئێمە وەک ژن یان پیاو بە پەیوەندیگەلێکەوە پەیوەستین گۆڕانکارییە تایبەتەکان لە پرسە ئاساییەکاندا قبول دەکات، بەلام خۆمان لەبەر گۆڕانکارییەکاندا لە هەست و سۆزەکان دەرهەق بە یەکتری، یان لە ئاستی بڕوا و قەناعەتماندا بە کەسێتی و عەقلیەتی یەکتری ڕاناگرین لە کاتی تووشبوونماندا بە ساردوسڕی بێت لە پەیوەندییەکەدا، یان لە کاتێکدا بەرامبەرەکەمان لەسەر ناپاکیکردن دەبینین، ئەوکات هاوار دەکەین، بۆچی دوای پێکەوەبوونێکی جوان وا دەکات؟ ئاخر خۆ ئەو شێتی من بوو و خۆشی دەویستم بۆچی ئێستا کەسێکی تری خۆش دەوێت؟ ڕەنگە هەندێکیش بپرسن ئاخۆ ئەو کەسەی لەپێناویدا ناپاکیی لە من کردووە لە من کەمترە یان لە ڕووی سەلیقەوە لە من جیاوازە؟ وەلامی ڕاستەقینە و ڕاشکاوانە ڕەنگە ئەوە بێت، کە سەلیقەی جیاوازە. ئەو بە شێوەیەک گەشەی کردووە و پێگەیشتووە ئیدی تۆ لەو ناچێت. لێکۆلینەوە دەروونییەکان سەلماندوویانە مرۆڤ هەر حەوت یان دە سالێک لە ڕووی سەلیقەوە لە هەموو شتێکدا گۆڕانی بەسەردا دێت.

٢ - خۆشەویستی بە هۆی بێزارییەوە دەمرێت:

هەموو شتێکی نوێ گەشی و درەوشانەوەی خۆی هەیە و کە کۆن دەبێت ئەو گەشییەی نامێنێت. مرۆڤ بە پەرۆشییەکی

تایبەتەوە پێشوازی لە هەموو شتێکی نوێ دەکات و ماوەیەک دواتر بە هۆی ڕاهاتنەوە ئەو پەرۆشییە کەم دەبێتەوە. هەموو لێکۆڵینەوە دەروونییەکان سەلماندوویانە، کە بەردەوامبوونی شتە جێسەرنجەکان وەڵامدانەوە بۆیان دەکوژێنێتەوە، تەنانەت تیشکی زۆریش وا دەکات چاوەکان پاش ماوەیەک نەترووکێن، هەراوزەنا و دەنگەدەنگی زۆریش ئەگەر زۆر بخایەنێت وات لێ دەکات لەگەڵیدا ڕابێیت و گوێی نەدەیتێ. ڕوانینی بەردەوام بۆ لووتکەی چیاکان وا دەکات دوای ماوەیەک لەسەری ڕابێیت و دواجار تووشی بێزاری بیت.[1]

کەواتە بێزاری – ڕاهاتن – بنچینەی مردنی خۆشەویستی ڕاستەقینەیە لە جەنگی پەیوەندییە سۆزداری و هاوسەرێتییە نوێکاندا، واتە جەنگی شکاندنی بێزاری بە نوێگەری، ئەمە وای کردووە لە وڵاتانی خۆرئاوادا کۆرسی تایبەت بە شکاندنی بێزاری و وەڕسبوون و دوورکەوتنەوە لە یەکتری بۆ ماوەیەک وەر بگیرێت. هەرچەندە ڕادەیەک زیادەڕۆیی کراوە و شێوازێکی نائاسای وەک پەیوەندیی سێکسیی "هاوسەرگیریی بە کۆمەڵ" دانراوە بۆ شکاندنی ئەو بێزارییە.[2]

شکاندنی بێزاری پرۆسەیەکە دەبێ لە چوارچێوەیەکی ڕەوا و شیاودا بکرێت، ئەویش لەمیانەی گۆڕینی شوێن و جێگە و گەشتوگوزار و بەجێهێنانی خوولیاکانەوە، یان هەندێک نوێگەری لە پەیوەندیی گەرمی سێکسیدا، بەڵام گرنگترین چارەسەری

---

١ ئەگەر تێبینی بکەین، کاتێک خەڵکی ناوەڕاست و باشووری ئێراق سەردانی هەرێمی کوردستان دەکەن، بەتایبەتی ئەوانەی یەکەم جاریانە و شاخ و کێوەکانیان نەبینیوە، سەرسام دەبن و بە قسە و سیمایانەوە ئەو سەرسامییە دەر دەکەوێت، خەڵکی ئێمەیش ئەگەر بچنە سەر دەریا و زەریاکان بە هەمان شێوە، بەڵام دوای ماوەیەک هەردوو لا لەسەر دیمەنەکان ڕادێین/وەرگێڕ.

٢ مەبەست لەوەیە کۆمەڵێک ژن و پیاو لە یەک شوێندا کردەی سێکسی لەگەڵ یەکتریدا بکەن/وەرگێڕ.

بێزاری، قەناعەتهێنانە بەوەی بێزاری پرسێکی ئاسایی و سروشتییە.

٣ - خۆشەویستی بۆیە دەمرێت چوونکە زەمەن بەخێرایی دەگۆڕێت:

ئێمە لە سەردەمی خێراییدا دەژیین، ڕەنگە بێئاگا بین لە کاریگەریی دەروونیی هەڵچوونەکیی لەسەرمان، تەنها لەوەدا لەلایەنی پەرەسەندنی خێرای تەکنولۆژیا تێدەگەین، کە کۆمپیوتەری ئەمساڵ لە کۆمپیوتەری ساڵی پار پەرەسەندووترە، یان تەلەفزیۆنی ئەمساڵ لە هیی پاری هەمان کۆمپانیا پەرەسندووترە و مواسەفاتی زیاتری هەیە، لەبەردەم گۆڕانکارییەکان لە کەرەستەی کارەبایی و ئۆتۆمبێلدا مرۆڤ هەست دەکات لە حاڵەتی شەکەتی و هەناسەبڕکێدایە و ناخودئاگایانە هاوڕەوتی ئەنگێزەی گۆڕانکارییە و وەک چۆن کەرەستەی ماڵ، جلوبەرگ دەگۆڕێت، خۆشەویستەکەیشی دەگۆڕێت، چوونکە کورد واتەنی کە "تازە هات کۆنە خەلاتە" ئەوە باجێکی دەروونییە، کە بنچینەکەی تەکنۆلۆژیایە.

٤ - خۆشەویستی بۆیە دەمرێت چوونکە خۆمان لە مردن دەترسین:

لەگەڵ بوونی بێزاری و ڕاهاتن پێکەوە بۆ ساڵانێک مرۆڤ ڕووبەڕووی واقیعێک دەبێتەوە، کە هەستی لەگەڵ ئەو کەسەدا سارد دەبێتەوە، ئەوەتا دڵ چیدی لێی نادات بۆی، ڕۆحی ناورووژێت و هاندەری نییە، کە تەماشای تەمەنیشی دەکات کەوتۆتە شۆڕبوونەوە. ئیدی ئەو هەستەی هەواڵی کۆتاییهاتنی پێ دەدات، ئەویش وەک پەرچەکردارێکی سروشتی لەبەردەم ترسی مردندا هەوڵ بۆ خۆشەویستییەکی نوێ دەدات، بۆ ئەوەی دڵی بکەوێتەوە ترپە و لێدان و هەست بە ژیانێک بکات تیایدا بەسەر هەستکردن بە مردندا زاڵ بێت(1995Levine).

٥ - خۆشەویستی بۆیە دەمرێت، چوونکە لە بنچینەدا کەموکورتیی تێدا بووە:

زۆرێک لە توێژەرانی بواری خۆشەویستی پێیان وایە هۆکاری سەرەکیی مردنی خۆشەویستی ڕێکنەکەوتن، یان تێنەگەیشتنی هەردوو ڕەگەزە لە مانای خۆشەویستی، لەو توێژەرانەیش سترنبرگ (1985Stenbarg) کە پێی وایە بۆ ئەوەی خۆشەویستی نەمرێت و بمێنێتەوە دەبێ سێ ژانری بنچینەیی تێدا بێت:

أ- لەیەکنزیکبوونێکی بەسۆزانە، ئەم لەیەکنزیکبوونە نیشانەی خۆی هەیە وەک، خواستی یارمەتیدان و هاوکاریکردنی خۆشەویست، هەستکردن بە بەختەوەری لەگەڵیدا، بەرزڕوانین بۆ خۆشەویست، هەستکردن بەوەی پشتگیرە لە کاتی تەنگانە و پێویستیدا، هەستکردن بە لەیەکتێگەیشتن، هەستکردن بە بوونی سۆزداریی دوولایەنە لەگەڵیدا، هەستکردن بە بەردەوامیی پەیوەندی لەگەڵ خۆشەویستدا، هەستکردن بەوەی خۆشەویستییەکەی گەورەترین خۆشەویستییە لە ژیاندا.

ب- شەیدابوونی سۆزداریی و ڕەمەکی: ئەمیش نیشانەی خۆی هەیە وەک، هەستکردنێکی قووڵ کە دەبێتە پاڵنەر بەرەو ڕۆمانسیبوون و شەیدایی سێکسی، هەستکردن بە متمانە و دەسەڵات و حەز و ئارەزوو لە خۆشەویست لەگەڵ بوونی سۆزداریدا، تەنانەت بەبێ حەز و ئارەزوویش.

ج- بڕیاردان لە مانەوە لەگەڵ خۆشەویستدا، واتە بڕیاردان لەوەی تۆ خۆشت دەوێت و لەگەڵیدا دەمێنیتەوە.

نەبوونی هەر ژانرێک لەو سێ ژانرە لە هەر پەیوەندییەکی سۆزداریدا وا دەکات پەیوەندییەکە لە بنچینەدا بوونێکی نەبێت و پاش ماوەیەکیش دەیخاتە بەرهەڕەشەی مردن.

نەخۆشیی "وەهمی خۆشەویستی" چییە؟

حاڵەتێکە تیایدا کەسەکە دەکەوێتە وەهمی ئاشقبوون یان مەعشووقبوون یان هەردووکیانەوە لەگەڵ کەسێکی وەهمیدا بێت یان لەگەڵ کەسێکی ڕاستەقینەدا، کە لە دەوروبەریدایە، بەلام ڕووداوەکانی ئەو خۆشەویستییە لە خەیاڵدانی کەسەکەدا دەچنرێت.

ئەوانەی تووشی وەهمی خۆشبەویستی دەبن، هەست بە خۆشەویستی و خۆشییەکی زۆر دەکەن و لەبەر زۆریی پلەی وەهمەکەیان. هەندێک لە توێژەرانی دەروونناسی لە خانەی نەخۆشییە عەقڵییەکاندا پۆلێنیان دەکەن(1994Mullen and pathe)، ڕەنگە پرسەکە مەترسیدار نەبێت کاتێک ئەو جۆرە کەسانە هەست دەکەن ئەوان لایەنی ئاشقن، بەلام لە کاتێکدا دەکەونە وەهمی مەعشووقبوونەوە گیرۆدە دەبن، شۆکەکانیش کاتێک ڕوو دەدەن، کە ڕووبەڕووی ئاشقی وەهمی دەبنەوە و خەیاڵەکەیان بە درۆ دەخەنەوە. تووشبووان بە نەخۆشیی "وەهمی خۆشەویستی" کەسانێکی نەرمونیان و ناسکن و بەئاسانی تێک دەشکێنرێن و زوویش گرژی و شپرزەیی و نیگەرانییان پێوە دەر دەکەوێت.

هەندێک جاریش پەرچەکرداریان لە ئاستی شۆکی زانینیان بەو سۆزدارییە وەهمییە ڕەنگە لە شێوەی ڕەفتارێکی توندا بێت دەرهەق بە خۆی و خۆی بکوژێت، یان دەرهەق بە خۆشەویستە وەهمییەکەی بێت بە کوشتنی.

چەندین پلە و ئاستی وەهمی خۆشەویستی هەیە، کە هەندێکیان وەهمی تەواون، واتە کەسی تووشبوو بەو وەهمە بەڕاستی دەکەوێتە ئەو بڕوایەی لە خۆشەویستییەکی کردارییدایە، هەندێکیشیان بڕێک هۆشیارییان هەیە کە لە وەهمدان، بەلام هاوکات چێژیشی لێ دەبینن.

یەکێک لە ڕەفتارەکانی ئەو جۆرە کەسانە گێڕانەوەی بەسەرهاتی خۆشەویستی، ناردنی گوڵ بۆ خۆی، نامە سۆزدارییەکانە بۆ خۆی، بۆ کەسانی تر، واتە کەسی تووشبوو بە وەهمی خۆشەویستی بەلایەوە گرنگە کەسانی دەوروبەری بەو چیرۆکی خۆشەویستییەی بزانن. بگرە زۆر جار وا دەبێت کەسانی دەوروبەری دەبنە یەکێک لە هۆکارەکانی زیاترکردنی وەهمی خۆشەویستییان، تا ئەو ڕادەیەی لایان دەچەسپێت و قبوڵیشی دەکەن.

ڕاستە نەبوونی خۆشەویستی دەبێتە هۆی شێتی؟

خۆشەویستی بنچینەی تەندروستیی دەروونی و عەقڵیی مرۆڤە، بەبێ خۆشەویستی مرۆڤ تووشی تێکچوونی باری عەقڵی و دەروونی دەبێت و پلەی ئەو تێکچوونە دەکەوێتە سەر ئامادەیی مرۆڤەکە خۆی و هەلومەرجەکانی دەوروبەری.

بایەخدەران بە لێکۆڵینەوە لە خۆشەویستی و گرنگیی بۆ ژیانی مرۆڤ، لێکۆڵینەوە و بەدواداچوونی زۆریان کردووە بۆ کاریگەریی نەبوونی خۆشەویستی لەسەر ئادەمیزاد، یەکێک لەو لێکۆڵینەوە زۆر سەرسامکەرانە، لێکۆڵینەوەیەکە لەسەر ژمارەیەک لەو منداڵانەی لە ژینگەیەکی بێ سۆز و خۆشەویستی و بایەخپێداندا ژیاون کراوە، لێکۆڵینەوەکە دەرەنجامێکی مەترسیدارمان پێ ڕادەگەیەنێت بەوەی کەمبیستنی قسەی خۆشەویستی وا دەکات منداڵ لە قسەکردن و لە جووڵەیشدا دوا بکەوێت، واتە نەتوانێت گوزارشت بکات و هەست بە بێتوانایی بکات لە کردنی زۆر کار، کە منداڵانی تری هەمان تەمەن، کە لە ژینگەی سۆز و خۆشەویستیدا دەژین، دەتوانن بیکەن(1982Casas).

ڕاستە پەیوەندی هەیە لەنێوان فشاری خوێن و

خۆشەویستیدا؟

نەخۆشیی بەرزبوونەوەی فشاری خوێن لە بازنەی نەخۆشییە سایکۆسۆماتییەکاندا پۆلێن دەکرێت، واتە نەخۆشییە جەستەیی دەروونییەکان، کە بنچینەیان جەستەییە، بەڵام کاریگەریی دەخەنە سەر دەروون، یان بە پێچەوانەوە بنچینەیان دەروونییە و کاریگەری دەخەن سەر تەندروستی و نەخۆشی دەخەن.

فشاری خوێن یەکێکە لە نەخۆشییەکانی سەردەمییە پەیوەندەکان بە فشارەکانی ژیانی ڕۆژانە لە سەدەی بیستەمدا[1]

فشاری خوێن پەیوەندیی هەیە بە هەموو وێنە و شێوەکانی تری فشارەکانی ژیانی کۆمەڵایەتی، ئابووری، سۆزداری، بۆیە مرۆڤ چەندە ڕووبەڕووی نائومێدی، شکست، ستەم و چەوسانەوە ببێتەوە هێندەیش زیاتر ئەگەری تووشبوونی هەیە بە نەخۆشیی فشاری خوێن.

بەلایەنی سۆزدارییەوە، دەبینین پرسەکە بە شێوە فراوانەکەی وا دەکات فشاری خوێن پەیوەند بێت بە نەبوونی خۆشەویستییەوە، خۆشەویستیی کەسوکار، خۆشەویستیی هاوڕێیان، هاوەڵانی ئیشوکار ...هتد، بەڵام چەندە ئەو پەیوەندییەی پێویستیی بە سۆزەکەی هەیە لە ناخ و دەروونی مرۆڤەکەوە نزیک بێت کاریگەربوونی خۆی و فشاری خوێنەکەیشی زیاتر دەبێت. لە لێکۆڵینەوەی ژمارەیەک توێژەری سایکۆسۆماتیدا دەر کەوتووە، چەندە هەستکردنی مرۆڤ بە خۆشەویستی کەم بێتەوە، یان هەست بکات کەس خۆشی ناوێت، یان ئەوانەی دەوروبەری خۆشەویستیی پێویستی نادەنێ، زیاتر ئەگەر هەیە دووچاری فشاری خوێن ببێت.(1982Sisca et).

١ دیارە بەپێی هاوشێوەیی و بگرە قورستربوونی هەلومەرجەکان، نەخۆشیی سەدەی بیستویەک و سەدەکانی دواتریش دەبێت/ وەرگێڕ

نەخۆشیی "هەژموونی خۆشەویستی" چییە؟

حاڵەتێکی پەیوەندبوونی هیستیرییە بە کەسێکەوە و هەستکردن بەوەی ئەو خۆشەویستییە کەمەندکێشکردنێکی سێکسیی توند و غیرەیەکی زۆری لەسەر لایەنی مەعشووق و خواستێکی زۆر توندی تێدایە بۆ لکان بە مەعشووقەوە، تا ڕادەی یەککگرتن لەگەڵیدا.

تووشهاتوو بە نیشانەکانی هەژموونی خۆشەویستی هەست دەکات کەسێکی نەگبەتی داماوە و زیاتر لەو ئازارەی ورد دەبێتەوە، کە بە هۆی ئەو سۆزەوە تووشی هاتووە. لە زۆرینەی بارەکانی ئەم جۆرە کەسانەدا ئەو کەسەی خۆشویستراوە یان ئەمیان خۆش ناوێت یان لێی دوور کەوتوونەتەوە، ڕەنگە سووریش بزانن بە هەر هۆیەکەوە بێت ژیان لەگەڵ خۆشەویستەکەیاندا ئەستەمە، واتە وەک ئەوەی ئیتر هەر ژیان خۆی ئەستەم بێت یان خۆشەویستەکەیان هیچ هەست و سۆزێکیان دەرهەق نەبێت، بەڵام ئەوان بەناچاری ڕووی تێ دەکەن. لە حاڵەتی واسواسێکدا دەبن، کە ماک و نیشانەی" پارانۆیا"ی لێ دەکەوێتەوە و هەستەکە پەرە دەسەنێت بەوەی خۆشەویستەکەیان بە ئەنقەست ئازاریان دەدەن بەو حاڵەتەی گەیاندوون، بەوەیش شایانی ئەوەیە سزا بدرێت و ڕەنگە سزایەکی بدەن بگاتە ڕادەی کوشتن، کوشتنی خۆشەویستەکەیان، یان کوشتنی خۆشەویستی خۆشەویستەکەیان.

دەروونناسان پێیان وایە مرۆڤی تووشبوو بە نیشانە و ماکەکانی هەژموونی خۆشەویستی لە زۆر باردا لە منداڵییەکدا ژیاوە زۆر هۆگر و پەیوەند بووە بە دایکیەوە و دواتر بێبەری بووە، بۆیە کەسێکە تووشی تێکچوونی متمانەکردن بە خۆی بووە(1980Miutz).

ئەو جۆرە کەسانە پێویستییان بەوەیە بخرێنە ژێر

چارەسەری جیددیەوە لە نەخۆشخانەدا نەبادا ئازاری خۆی یان خەڵکی تر بدەن(1995Mass). لەبەر ئەوەی هەژموونی خۆشەویستیی نەخۆشییەکی ئاوێتەی ئاڵۆزە بە ئامۆژگاری و ڕێنماییی سادە و ئاسایی چارەسەر ناکرێت، بەڵکوو پێویستیی بە چارەسەرێکی ئاوێتەیش دەبێت لە ئامۆژگاری و ڕێنمایی و دەرمانی ئارامیبەخش و خەواندنی موگناتیسی بۆ پێدانی نما "ئیحای" یەک بەوەی لە خۆشەویستیدا نییە. وێڕای کردنەوەی گرێ بنچینەییەکانی دەروونی، کە سەرچاوەی ئەو حاڵەتی هەژموونی خۆشەویستییەن لای نەخۆشەکە(1986Rotenberg and Ronizorsky).

بێتوانایی، لاوازیی سۆزداری چییە؟

لە زمانی ئینگلیزیدا بە (Amdisexuality)ناو براوە و بریتییە لە بێتوانایی لە خۆشویستن و حەز و ئارەزووی سێکسی بۆ هەرکەسێک بێت، واتە حاڵەتی ڕەتکردنەوەیەکی دەروونییە بۆ سۆزداری و ئارەزووی زایەندی لە دەرەنجامی نیگەرانی و دڵەڕاوکێ لە پەیوەندیبەستن بە هەرکەسێکەوە بێت، یان دەرەنجامی ترسە لە پەیوەندییەکە و شەیدابوون و هەروەها مناڵبوونیش.

کەسەکە بەدەستی خۆی حاڵەتەکە دروست ناکات و لە دروستکردنیدا لە ململانێیەکی دەروونیدا نییە، بەڵکوو هەر خواستی بۆ ئەو پرسە نییە، دیارە حاڵەتێکی دەگمەنە و دیاریکردنی هۆکارەکەیشی پێویستیی بە هەوڵێکی زۆر دەبێت لەلایەن چارەسازەوە، زۆر جاریش ناسینی هۆکارەکان بە شیکاری دەروونی نەبێت ناکرێت و کاتی چارەسەرەکەیش زۆر دەخایەنێت (1972Coons).

کەسێک لە خۆشەویستی دابڕێت بەگشتی هەست بە چی دەکات؟

هەستکردن بە دابڕان یەکێکە لە هەستە زۆر ناسکەکانی مرۆڤ، کە شاعیران و هونەرمەندان بەکاری دەهێنن، بەڵام تێبینیکردنی زانستی، وردەکاری و وەسفی زیاتری بۆی هەیە. لە ڕاستییشدا لێکۆڵینەوەی زۆر کراوە لەسەر خەم و ناسۆری دابڕان و کاریگەری و ئاسەوارەکانی و جۆری هەڵچوونەکانیش، لێرەدا باس لە پۆلێنێکی توێژەر جنسن (Gensen 1985) دەکەین، ناوبراو پێی وایە دابڕان لە خۆشەویست بە بڕیاری جیابوونەوە بێت یان مردن، وا دەکات لایەنی دابڕاو ئەم هەستانەی هەبێت، خواستی کشانەوە لە جیهان و ژیان بەتەواوی، خەم و ناسۆرێکی زۆر، نیگەرانی و دڵەڕاوکێ، تووڕەیی، گومانلەخۆکردن، نەمانی خۆشی لە ژیاندا، نەمانی ئیشتیهای خواردن، کەمخەوی و شەونخوونی، خواستی تۆڵەسەندنەوە، خواست بۆ خۆکوشتن، یان هیواخواستن بە مردن.

نیشانەکانی دابڕان چین؟

زۆرێک لە بایەخدەران بە لێکۆڵینەوە لە سۆزی خۆشەویستی پێیان وایە دابڕان نەخۆشییەکی ئاوێتەیە و زۆر نیشانەی دەروونی و جەستەیی هەیە. لەدەستدانی خۆشەویست یان کەسێکی ئازیز بە دابڕان و جیابوونەوە بێت یان مردنی لەدەستچوونێکی ڕاستەقینەی ناخۆشە و هێندە کاریگەریی لەسەر مرۆڤ دەبێت بگاتە خۆکوشتن یان شێتبوون (1973Bak). لە دیارترین نیشانەکانی دابڕانیش:

١ - هەستکردن بە بێهوودەیی ژیان و نەژیان بەبێ خۆشەویست، هیواخواستن بە مەرگ بە مەبەستی گەیشتن بەو.

هەندێک کەس ماوەیەکی زۆر و هەندێکیش کەمتر بەو جۆرە دەمێننەوە، هەندێکیش ناتوانن خۆڕاگر بن و ڕاستەوخۆ هەوڵی خۆکوشتن دەدەن، زۆر جاریش ناخودئاگایی دەیانەوێت خۆیان تووشی ڕووداوێک بکەن، هەرچەندە ڕێژەی زۆری خۆکوشتنەکان بە هۆی خۆشەویستییەوە لە تەمەنی هەرزەکاراندا هەژدە – بیستویەک ساڵییە، بەڵام خۆکوشتن لە پێگەیشتووانیشدا بە هۆی دابڕانەوە لە خۆشەویست ڕوو دەدات(1991Powell).

یەکێک لە لێکۆڵینەوە بەشۆکییەکان لەسەر ئەو منداڵانە کراوە، کە دایک یان باوکیان لەدەست داوە و تاقیکردنەوەی وێنەکێشانی درەختی پیرسۆنیان لەسەر کراوە (The House Tree person).ئەو منداڵانەی لە تەمەن و ڕەگەز و عەقڵییەت و بیرکردنەوە و توانای جیاوازدا بوون و کەسی ئازیزیان لەدەست دابوو، هەموویان وێنەی درەختەکەیان بە وشکی و بێگەڵا، واتە درەختێکی مردوویان کێشا(1978Bluestein).

٢ – لەدەستدانی خودخۆشویستن. هەستکردن بەوەی کەسەکە هیچ ناهێنێت و شایەنی ئەوەیش نییە بایەخ بە خودی خۆیشی بدات لەدوای لەدەستدانی خۆشەویستەکەی. خودخۆشنەویستن زیاتر لەو بایەخبەخۆنەدان و خۆپشتگوێخستنەدا لە ڕووی دەروونی و جەستەییەوە دەر دەکەوێت(1976Pascalis et al).

٣- ٨٤٪ ی ئەوانەی خۆشەویست، یان کەسی خۆشەویستیان لەدەست داوە، تووشی گریانی بە کوڵ دەبن، کە جارناجارێک سەر هەڵدەداتەوە لێیان.

٤- ٦٧٪ یشیان، هەریەکە و بە ڕادەیەک تووشی خەمۆکی دەبن و هەندێکیان دەگەنە ئاستێکی ڕەشبینی کە خۆیان بکوژن.

٥- ٩١٪ تووشی بۆشایی لە ناخ و دەروونیاندا دەبن و وا هەست دەکەن شتێکیان لێ ون بووە، یان ئەندامێکی جەستەی خۆیان لەدەست داوە.

٦- ٢٨٪ لەوانـەی خۆشەویسـتیان لەدەسـت داوە هەسـت بـە نیگەرانـی و دڵەڕاوکێیەکـی زۆر لـە تەندروسـتیاندا دەکـەن، کـە لـە زۆرینـەی بارەکانـدا سایکۆسـۆماتییە (دەروونـی – جەسـتەیی).

٧- ٢٤٪ یـان هەسـت بەتاوانبـاری دەکـەن، واتـە خۆیـان بـە هـۆکاری لەدەسـتدانەکە دەزانـن، چوونکـە پێیـان وایـە لـە ئاکامـی زۆر کـردار و گوفتـاردا بـووە دەرهـەق بـە خۆشەویسـتەکەیان کردوویانـە و گوتوویانـە، لـە یادگاری و ئەزموونەکانی پێشوویاندا.

٨- ١٩٪ هەسـت بـە گـرژی و ئاڵۆزییەکـی زۆری دەروونـی دەکـەن و ناتوانـن کۆنترۆڵـی بکـەن و بـە ڕوونییـش لەسـەر هەڵسـوکەوتیان دەر دەکەوێـت.

٩- ١٢٪ تووڕەیـی زۆر دایـان دەگرێـت، دەیانەوێـت بـە پلـەی یەکەم لۆمـەی قـەدەر، یـان کەسـانی تـر بکـەن کـە بـە هـۆکاری ئـەو لەدەسـتچوونەیان دەزانـن.

١٠- ٢٧٪ تووشـی کەمخـەوی و شـەونخوونی و کێشـەکانی خـەو دەبـن، واتـە یـان بەزەحمـەت دەخـەون، یـان زوو خەبەریـان دەبێتـەوە، ٣٦٪ یـان خـەوی ناخـۆش لەبـارەی خۆشەویسـتیی لەدەسـتچوویانەوە دەبینـن.

١١- ٢٢٪ تووشـی بێتوانایی دەبـن لـە بەجێگەیاندنی ئیشوکاری ڕۆژانەیـان و لـە کارەکانیانـدا وردەکارییـان نامێنێت.

١٢- ٢٠٪ یـان ناتوانـن ئیتـر لەگـەڵ کەسـانی تـردا بگونجێـن، بگرە ٩٪ یـان ئیتـر بایـەخ بـە هـاوڕێ و دۆسـتان و خێزان و مـاڵ و منداڵیشـیان نـادەن.

١٣- ٤٠٪ حـەز دەکـەن هەمیشـە باسـی کۆچکـردوو بکـەن، هەندێکیشـیان وا هەڵسـوکەوت دەکـەن وەک ئـەوەی کۆچکـردوو مابێـت و لەگەڵیانـدا بێـت. (1984Zizook and Devaul).

گوزارشتکردن لە ئازاری لەدەستدان چەندە گرنگە؟

لەدەستدانی خۆشەویستی حاڵەتێکی ناخۆش و بەئازارە و پێکهاتەیەکە لە بێبەریبوون و ئازاری دەروونی، سادەترین مافیش بۆ ئەو کەسەی خۆشەویستی لەدەست چووە بەهەر هۆیەکەوە بێت، گوزارشتکردنە لە ئازارەکانی ناخی.

ئەوانەی ئازارەکانی دابڕان لە ناخیاندا دەر نابڕن، ئەگەر هەیە تووشی چەندەها تێکچوونی دەروونی، جەستەیی، یان هەردووکیان پێکەوە (سایکۆسۆماتی) ببن. لە لێکۆڵینەوەیەکی ناجیل (Nagle1988) دا لەسەر ئەوانەی خۆشەویستێکیان لەدەست داوە و دەریان نەبڕیوە و لە ناخەوە خۆیان خواردۆتەوە، دەر کەوتووە تووشی خەونی مۆتەکەیی زۆر هاتوون و ڕوخساریان بەتەواوی لاواز و بنێس بووە و دووچاری چەندین تێکچوونی جەستەییش هاتوون.

لە کاتێکدا لێکۆڵینەوەکان سەلماندوویانە ئەوانەی تووڕەیی خۆیان دەر بڕیوە ڕاستە لە ئازاری دابڕان دابوون، بەڵام کاریگەرییە دەروونی و جەستەییەکانی دواتریان کەمتر بووە.

بۆچی ویڕای کۆتاییهاتنی، بەڵام هەندێک پێیان وایە هێشتا پەیوەندییەکەیان ماوە و هیوایان پێیەتی؟

جیابوونەوە لە خۆشەویست یان دابڕان لێی، یان بوونی کێشە و گرفت نیشانەی حەتمەیەتی کۆتاییهاتنە بەو پەیوەندیە..بگرە تەنانەت واقیعی کۆتاییهاتنی پەیوەندی خۆشەویستی گرانترین پرسە کەسی ئاشق بتوانێت قبوڵی بکات. ڕووبەڕووبوونەوەی ڕاستیی جیابوونەوە لە خۆشەویست گرانە، بڕواهێنان بەوەی هەموو ئەو پرسە جوان و یادگارییە شیرین و پەیوەندییە باشەی ویژدانیان بزواندووە ئیتر نەماون لای ئاشق وەستانی سسەرتاپای ژیان، مردن دەگەیێنێت. زۆرێکیش لەوانەی خواستی ژیانیان لە دڵدایە نایانەوێت خۆیان ڕادەستی واقیعی کۆتاییهاتنی

پەیوەندیی خۆشەویستی بکەن، دواتر دابڕان لە قورسترین ئەزموونە دەروونییە بەئازارەکانە و چەندەیش پەیوەندییەکە سۆزداری بێت و پەیوەستبوونێکی ڕۆحی و وردەکاری و یادگاری و پشتبەستنی زیاتری بە خۆشەویست تێدا بێت، هێندەیش دابڕانەکە قورس و زەحمەت دەبێت. چەندەیش ئاشقی لە خۆشەویست دابڕاو پەیوەستیی دەروونیی لەگەڵ کەسانی دەوروبەر و کەسوکاریدا کەمتر بێت هاوکات زیاتر هەست بە ئازارەکانی دابڕان دەکات.

بەرەنگاربوونەوەی واقیعی دابڕان لە خۆشەویست زۆر زەحمەتە و ڕەنگە بڕوانەهێنان بەوەی پەیوەندییەکە کۆتایی هاتووە و هێشتا ماوە تەگبیرێکی دەروونی بێت بۆ خۆپاراستن لە ڕووخان. توێژەری بواری سۆزداری پارات (Parat 1986) دەڵێت، ئەو جۆرە لە ئاشقان و خۆشەویستان بەو تەگبیر و ئەندێشەکارییە وەهمیانە، کە وا دادەنێن پەیوەندییەکەیان ماوە، هیوایەک بە ڕۆحیان دەبەخشن، یان بە هۆیەوە دەگەڕێنەوە بۆ واقیعی پێش دابڕانەکە، چوونکە خەم و ناسۆری دابڕانی ڕاستەقینە ڕەنگە ببێتە هۆی بەیەکجاری ڕووخانیان. دواتر هەندێک لەوانەی نایانەوێت بەرەنگاری واقیعی دابڕان ببنەوە هاوکات نایانەوێت شکستی پەیوەندییەکەیش ببینن، چوونکە دواجار شکستی خۆیشیان دەگەیێنێت.

هەندێک ناتوانن خۆ لەبەر دابڕاندا ڕابگرن، چوونکە متمانەی تەواویان بە خۆیان نییە. سۆزیش ئارامییە بۆ ئەوانەی متمانەیان بە خۆیان نییە و کوڵەکەیەکە بوونی خۆیانی تێدا دەبیننەوە، ئەوان بەبێ ئەو خۆشەویستییە هەست بە کەموکورتی دەکەن و ناتوانن بەبێ خۆشەویستی کاروباری ژیانی ڕۆژانەشیان بگوزەرێنن، یان تەنانەت چێژ و خۆشیی لە ژیان ببینن بۆیە ناشتوانن ڕووبەڕووی شکست، یان کۆتاییهاتن بەو پەیوەندییە

بینەوە.

مەخابن ڕەنگە هەندێک پێیان باش بێت بە وەهم و خەیاڵ و هیوابەخۆدان ڕووبەڕووی دابڕانەکە ببنەوە، چوونکە ڕووبەڕووبوونەوەی واقیعی دابڕان ڕەنگە ببێتە تێکچوونی هەستەدەماری" تێکچوون، شێتبوون" یان بڕیاردان لە مردن.

بۆچی ئاشقان خۆیان دەکوژن؟

لە لێکۆڵینەوەیەکی گشتیدا لەسەر خۆکوشتن، دەر کەوتووە لەدەستدانی ئازیزێک، بەتایبەتی خۆشەویست، یەکەم هۆکاری خۆکوشتنە هەرچەندە لەدەستچوونی خۆشەویست - بەپێی لێکۆڵینەوەکە - هاوکات دەبێتە هۆی نەمانی متمانە بە خود، کە ئەمیش هۆکاری دووەمە بۆ خۆکوشتن(1980Sifneos).

ئەوانەی خۆیان دەکوژن یان لەبەر ئەوەیە بەبێ خۆشەویستەکەیان خۆیان بە هیچ دادەنێن، یان دوای ئەو چییددی ژیان بە شایستە نازانن لەپێناویدا بمێنن، یان دەیانەوێت خۆشەویستەکەیان بەو خۆکوشتنە سزا بدەن بۆ ئەوەی دوای مردنیان هەمیشە لە ئازار و هەستکردن بە تاوانباریدا بژی.

زۆرێک لەوانەی لە خۆشەویست یان لە کەسی ئازیز دابڕوان خواست و نیازی خۆکوشتنیان لە دڵدایە، بەڵام لە زۆرینەی بارەکاندا ڕەشبینییەکە و دواتر دەڕەوێتەوە، هەندێکیش هەست بە خۆکوشتن دەکەن بێئەوەی بیگەیێنن بە ڕادەی مردن و هەندێکی تریش بە دەستی خۆی بەتەواوی خۆی دەکوژێت (1974Schrut and Michels).

بایەخدان بە تەندروستی و خۆشەویستیی لای مرۆڤ چ پەیوەندییەکیان پێکەوە هەیە؟

لە مرۆڤدا پێکداچوونێکی جۆراوجۆر هەیە لە بارەی پەیوەندیی تەندروستییەوە بە باری دەروونییەوە بەگشتی. گەرچی شێوە گشتییەکەی ئەوەیە مرۆڤ چەندە باری دەروونیی باشتر بێت هێندەیش پەیوەندیی بە تەندروستییەوە باشتر دەبێت، لە ئاستی خودئاگاییدا بێت یان ناخودئاگایی و پێچەوانەکەیشی ڕاستە. واتە مرۆڤ چەندە باری دەروونیی خراپ بێت پەیوەندییشی بە تەندروستییەوە کەمتر دەبێت.

بێگومان وێنەی پێچەوانەیش هەیە لە بارەی پەیوەندیی باری دەروونیی مرۆڤەوە بە باری سۆزدارییەوە، دەبینین چەندە مرۆڤ شادمان و بەختەوەر بێت، لە کەشوهەوای خۆشەویستیدا بژی، یان لە خۆشەویستی و ئەشقدا بێت، تەندروستیی جەستەیی باشتر دەبێت و لە خاڵی خۆشویستنی سروشتیی خودی خۆیەوە زیاتر پارێزگاری لە تەندروستیی خۆی دەکات - بێگومان لەپێناوی دەر کەوتنی بە شێوەیەکی جوان و تەندروست بۆ خۆشەویستەکەی – بەلام ڕەنگە هاوکات لە کاتی نەبوونی خۆشەویستیشدا مرۆڤ بایەخ بە تەندروستیی جەستە و دەروونی بدات و لە وردبوونەوەیدا لە تەندروستیی ڕادەیەک لە دوودڵی و نیگەرانیی هەبێت، چوونکە دەنگێک لە ناخودئاگاییەوە بەو کەسە دەڵێت کە خۆشەویستی نییە، " ئەگەر کەسێک نەبێت بایەخت پێ بدات لایکەمی دەبێ خۆت بایەخ بە خۆت بدەیت" ڕەنگە دوودڵی و نیگەرانییەکە بگاتە پلەیەک لە زیادەڕەویی بایەخدان بە تەندروستی و شێوەی خۆی، چوونکە ئەو جۆرە کەسانە لە ناخەوە خۆیان دەخۆنەوە و خۆیان بە کەسێکی داماوی بێبەری لە خۆشەویستی دادەنێن. بۆیە بایەخ بە خۆیان دەدەن و کورد واتەنی دەست بە خۆیاندا دەهێنن، لەلایەکی جیاوازی تریشەوە ڕەنگە مرۆڤ لەگەڵ بارودۆخدا تەبا بێت و بە پێویستی نەزانێت بایەخ بە تەندروستیی بدات مادام

خۆشەویستێک لە ئارادا نەبێت؟ ئەو دەنگە ناخودئاگاییە ڕەنگە لە قۆناغەکانی تردا پەرە بسەنێت و بگاتە ئاستی، " بۆچی بژیم و تەندروستی و جوانیم بۆچییە مادام کەسێک نەبێت بایەخم پێ بدات و بەهەندی بزانێت؟"

لەبەر ئەوەی بڕیاری خۆکوشتنیش بڕیارێکی قورس و زەحمەت و حەرام و توندڕەوانەیە، بۆیە دەشێت مرۆڤ تەندروستیی پشتگوێ بخات، یان ڕەنگە بە شێوەیەکی ئاسان ئازاری خۆی بدات. لە لێکۆڵینەوەیەکی هەردوو توێژەر فەهمی و جۆنز (Fahmy and jones1990) دا، کە لە سەر کۆمەڵێک خەڵکی کردوویانە لەوانەی بەردەوام خۆیان بریندار دەکەن، بۆ ئەو کارەیان سێ هۆکاریان تێبینی کردووە، یەکێک لەو هۆکارانە لەدەستدان و نەبوونی خۆشەویستی بووە لە ژیانیاندا.

دووانەیی لە خۆشەویستیدا چی دەگەیێنێت؟

زاراوەی دووانەیی زاراوەیەکە هەردوو نووسەر لە بازنەی نەخۆشییەکانی خۆشەویستیدا پۆلێنییان کردووە، بریتییە لە حاڵەتی زۆر لێکنزیکبوون و پێکەوەلکانی ژن و پیاو وەک ئەوەی ببنە سێبەری یەکتری. لە شێوە ئاساییەکەیدا ئەو دووانەییە زیاتر لە ژندا ڕوونترە و زیاتریش لەو ژنانەدایە، کە هاوسەرگیرییان کردووە، چوونکە ژنی هاوسەردار دەیەوێت زیادەڕەوانە و هەمیشە لەگەڵ پیاوەکەیدا بێت، ئەگەر لەگەڵ پیاوەکەیدا نەبێت ئیتر هەست بە لاوازی و بێتوانایی دەکات و خۆشی لە هیچ شتێک نابینێت، واتە وەک نموونەیەک دەبێت لە هەموو هەنگاوێکیدا ڕاوێژی پێ دەکات. کەسی سیفەت دووانەیی بێگومانە، کە لە منداڵیدا بەو شێوەیە زۆر لە دایک یان باوکیەوە نزیک بووە، وەک ئەو منداڵەی هەمیشە چمکێکی کراسەکەی دایکی گرتووە و نایەوێت لێی دوور بکەوێتەوە. ڕەنگە هاوکات

کێشــەی متمانەبەخۆکردنــی هەبێـت، بـە جۆرێـک نەتوانێـت بەبـێ خۆشەویسـتەکەی، یـان بەبـێ هاوســەرەکەی بجوولێـت، چوونکـە خۆشەویسـت، یـان هاوســەر ڕۆڵـی ڕێنمـاکار، یـان هاوڕابـوو و پشـتگیری ڕاسـتەوخۆ دەبینێـت لـە گەڵیـدا.

خۆشەویستی و ڕق لە یەک کاتدا چ ڕاڤەیەکی بۆ دەکرێت؟

ئەگەر بارێکی ناچاری بێت و کەسـەکە نەتوانێت کۆنترۆڵی بکات، ئەوا لە زۆر باردا وەک فێرگەی دەروونشیکاریی فرۆیدی پێی وایە، ململانێی دەروونی ترسی دابڕانە لای مرۆڤ(1987Raskovic).

فرۆید هەروەهـا پێـی وایـە بەشێکیشـە لـە گرێـی ئۆدیـب کاتێـک منـاڵ ڕقـی لـە باوکـی دەبێتـەوە، چوونکـە وەک ڕکابـەری خـۆی دادەنێت بۆ دایکی و خۆشیشـی دەوێت، هـاوکات دایکشـی خۆش دەوێـت و ڕقیشـی لێـی دەبێتـەوە، چوونکـە بـۆ پیاوێکـی تـرە کـە باوکێتـی(1989Saha). گرفتـی "خۆشـم دەوێـت، ڕقـم لێتـە" وا دەکات کەسـەکە و ئەوانەیشـی لەگەڵیـدان لـە پەیوەندییەکـەدا وەک ئاگرێکـی بـەردەوام بـن و پێویسـتیی بـە چارەسـەری دەروونـی دەبێت.

خواردن پەیوەندیی بە کێشە دەروونییەکانەوە چیە؟

پەیوەندییەکـی زۆر هەیـە لەنێـوان خـواردن و بـاری دەروونیـدا. دەکرێـت کێشـەکانی خـواردن بکەیـن بـە چـوار جۆرەوە:

١-بـڕی خـواردن، واتـە خواردنـی بڕێکـی کەمتـر لـە بـڕی سروشـتی یـان زیاتـر و زۆر خـۆری. هـەردوو حاڵەتەکـە دەبنـە هـۆکاری تێکچوونـی بـاری جەسـتەیی و زیاتربوونـی تێچکوونـی بـاری دەروونییـش.

٢- جـۆری خـواردن، واتـە کێشـەی بوونـی جۆرەهـا خـواردن،

کە هیچیان بە خۆراکی سروشتی دانانرێن مرۆڤ بیانخوات.

٣- شێوازی خواردن، واتە خواردن بە شێوازێکی ناسروشتی[1]

٤- کێشەکانی ئەنگێزە کۆمەڵایەتییەکان لە نەریتی خواردندا. (الدریع ١٩٩٤).

لە ڕاستییشدا لەگەڵ کێشە سۆزدارییەکانی تایبەت بە سۆزداریی خۆشەویستیدا دیارترین کێشەی خواردن بڕی خۆراکە، چوونکە دابڕان لە خۆشەویستی، نیگەرانی و دڵەڕاوکێی خۆشەویستی، کێشەکانی ئەشق و دابڕانەکانی تریش دەبنە هۆکاری زۆرخۆری، یان بە پێچەوانەوە کەمخۆری، واتە یان زۆرخۆرییەکی نابەجێ یان نەمانی ئیشتیهای خواردن بە هۆی خۆشەویستییەوە.

ڕاستە ژنی قەڵەو بە خواردن بێبەریبوون لە خۆشەویستی قەرەبوو دەکاتەوە؟

برسێتی بە هۆکاری هەستەدەمارییەوە، یان بە هۆی نەوسنیی هەستەدەمارییەوە، کە بە (Nervosa) (Bulimia ناسراوە، حاڵەتێکە تیایدا ژن یان پیاوی تووشبوو بەردەوام هەست بە برسێتی دەکەن و تەنانەت لەگەڵ نەبوونی هەستی برسێتییشدا پێویستییان بە خواردن دەبێت. هۆکاری سەرەکیش لەوەدا شڵەژان، پەشۆکانی دەروونییە و لە حاڵەتێکەوە بۆ یەکێکی تر جیاوازە، هەرچەندە زۆرینەی حاڵەتەکان شڵەژانی سۆزداری، یان زایەندین و خواردن دەبێتە ئامڕازی کەمکردنەوەی پەشۆکانەکە. ئەو کەسەی بە خواردن پەشۆکان و شڵەژانی خۆی کەم دەکاتەوە، دەکەوێتە ژێر کاریگەریی هەستکردنەوە بەتاوانباری،

---

[1] وەک بە خێرایی خواردن و نەجوینی وەک پێویست، خواردنی گەرم و قووتدانی بەپەلە، خواردنەوەی گەرمی بەسەر ساردی و بە پێچەوانەکەیشی، کە هۆکارن [illegible] نەخۆشییەکانی کۆئەندامی [illegible]

بۆیە دواجار لەگەڵ هەستکردنیدا بە کێشە و تێکچوونە سۆزدارییەکەی پەشۆکانەکەیشی زیاتر دەبێت و بەوەیش زیاتر پەنا بۆ خواردن دەبات.

جێی باسە نەوسنی و حەزکردن بە خواردنی بەردەوام لە زۆر باردا نەخۆشییەکی ژنانەیە زیاتر لەوەی نەخۆشیی پیاوان بێت. لە گرنگترین و دیارترین هۆکارەکانی نەوسنی و زۆرخۆری:

١- خواردن لەپێناوی قەرەبووکردنەوەی پێویستییەکی سۆزداری، یان سێکسی.

خواردن چێژی هەیە و مرۆڤ تێر دەکات و تێپەڕینی بە کۆئەندامی هەرسدا چێژی خۆی دەبێت و بە شێوەیەک لە شێوەکان قەرەبووی چێژی سێکسی دەکاتەوە. چاوەڕوانیکردنی هێنانی خواردن و خۆشیی خواردنەکەی هەوڵ و تەگبیرێکی جێگرەوەی قەرەبووکردنەوەی خۆشەویستییە[1]

٢- ڕەنگە ژن بیەوێت خۆی قەڵە و بکات بۆ ئەوەی ناشیرین بێت و نەبێتە جێسەرنجی کەس و خۆشیان بوێت، ئەویش لە دەرەنجامی ئەوەدا بە منالّی فریو درابێت، یان بیەوێت بە هۆی هەڵەیەکەوە کە کردوویەتی سزای خۆی بدات و خۆی لە خۆشەویستی بێبەری بکات، بێگومان خۆسزادان بە خۆبێبەریکردن لە خۆشەویستییش ناخودئاگاییانە دەبێت.

ڕاستە ئاڵوودە بوون بە خواردنی نەستەلەوە ڕەنگدانەوەی بێبەریبوونە لە خۆشەویسیتی؟

نەستەلە لە هەموو خواردنەکانی تر زیاتر پەیوەستکراوە بە

---

١ ئەم بۆچوونەی نووسەر جۆرێک لە نامۆیی تێدایە، ڕاستە خواردن تام و چێژی خۆی هەیە و ڕەنگە بۆ چەند ساتێک قەرەبووی بۆشاییەکی ژیان بکاتەوە بە هەموو جۆرەکانیەوە، بەڵام بێگومانە کە قەرەبووکردنەوەیەکی کاتی و خۆفریودانە و پێم وا نیdە هەرگیز بتوانێت قەرەبووی چێژی سێکسی بکاتەوە/وەرگێر.

خۆشەویسیتەوە و لەنێو ئاشقانیشدا دیارترین دیارییە، کە پێشکەشی یەکتری دەکەن. بە کردەییش ڕوون بۆتەوە، کە نەستەلە ماددەیەکە پەیوەستیشە بە باری دەروونیی سۆزدارییەوە و دەگاتە ڕادەی ئالوودەبوون لای ئەوانەی بە ئالوودەبوو بە نەستەلە(Choclholic) ناسراوە.

نەستەلە ماددەیەکی تێدایە بە (Psychoactive Chemicals) ناسراوە، واتە کاریگەریی کیمیایی کارای دەروونیی دەبێت لەسەر ئەو کەسەی دەیخوات، لەنێو ئەو کیمیاییەشدا ئاوێتەیەک هەیە بە ناوی (Phenylethalamine) کە ئاوێتەیەکە دەڵێن پەیوەندیی بە هەستکردنەوە بە خۆشەویستی هەیە، هەر وەک تێبینی کراوە ئەو ئاوێتەیە لەو کەسانەدا، کە تووشی خەمۆکی هاتوون دادەبەزێت. ئەوانەی خەمۆکییان هەیە بێتوانان لە خۆشەویستی، یان لە سێکسدا، بۆیە حەزکردنی ناخودئاگاییی بۆ خواردنی نەستەلە هەوڵێکی خۆڕسکانەیە بۆ زیادکردنی هەستی خۆشەویستی یان قەرەبووکردنەوەی (الدریع ١٩٩٤. (

کێن ئەوانەی خۆیان لە خۆشەویستی دوور دەگرن؟

ئەو کەسانەن بە ئەنقەست و بە ئاگایی خۆیان لە خۆشەویستی دوور دەگرن و ئەمانە لە گرووپی "بێتواناکان لە خۆشویستن" جیاوازن، چوونکە ئەوانەی بێتوانان لە خۆشەویستیدا هەست بە خۆشەویستی ناکەن، یان حەز و خواستیان بۆی نییە نەک بە ئەنقەست و خودئاگاییانە ئەو بڕیارەیان دابێت.

ئەوانەی خۆیان لە خۆشەویستی دوور دەگرن و بە (Aviodaut Loves) ناسراون، بڕوایان بەو جۆرە خۆشەویستییە نیە دڵ و دەروون و ویستی مرۆڤ داگیر بکات، پێیان وایە ئەوەی بە ڕۆمانسییەت ناو براوە تەنها لە فیلم و چیرۆکەکاندا هەیە ، ئەو کەسانەی بە ناوی خۆشەویستییەوە دەست بەسەر ویستیاندا

گیراوە کەسانێکی دەگمەن و نەخۆشن.

کەسی خۆدوورگرتوو لە خۆشەویستی بێگومان دەبێ بە ئەزموونی دەروونیی سەختدا تێپەڕی بێت، کە خۆشەویستی، بەلایەنی خۆیەوە بێت یان بەلایەنی ئەزموونی کەسانی دەوروبەریەوە، بە ئازار بووە و بە هۆیەوە پەرچەکرداری لە ئاستی خۆشەویستیدا بۆ دروست بووە. بۆ نموونە، منداڵێک خوشکەکەی بە هۆی خۆشەویستییەوە خۆی کوشتووە، منداڵێک باوکێک لەگەڵ دایکیدا بەجێی هێشتووە و دوای خۆشەویستیی ژنێکی تر کەوتووە.

نەخۆشیی "ئاڵوودەبوون بە پیاو" وەوە چییە؟

ئاڵوودەبوون بە پیاوەوە، کە بە (Manaholic) ناسراوە، وەک لە ناوەکەیدا دەخوێنرێتەوە مانای بوونی پیاوگەلێکی زۆر نییە لە ژیانی ژندا کە بەبێ ئەوان نەژی، بەڵکوو بریتییە لە پۆشینی ڕۆڵی کلاسیکیی ژن لە ئاستی پیاوەکەی و خزمەتکردن و بەدەمپیاوەوەبوون و ملکەچبوون بۆی، تا ڕادەی کۆیلەیتی و فەرمانبەرداركردنی بەوپەڕی بەختەوەری و بەبێ سێودوولەگەڵداکردنی، لە ئەدەبی عەرەبیدا ئەم مۆدێلە لە خێزانی "سی السید"دا دەبینینەوە.

حاڵەتی "ئاڵوودەبوون بە پیاوەوە" کەموکورتییەکی دەروونییە لە خودی کەسەکەدا و لەو ڕۆڵەدا، کە دەبێ سروشتییانە بیبینێت و حاڵەتێکی پشتبەستنی زیادەڕەوانەی نەخۆشیئامێزە، کە تووشی هەندێک لە ژنان دەبێت، لەم سەردەمە هاوچەرخەدا کەمە، لە ئەدەبی خۆرئاواییدا حاڵەتی هاوشێوە هەیە.

ڕەنگە دەروونناسی ئەم حاڵەتە بخاتە بازنەی نیشانەکانی کۆیلەیتیی دەروونییەوە، یان نیشانەی سزادانێکە، کە بە ماسۆشی ناسراوە(Rumel 1982).

بۆچی نەخۆش دەکەوێتە خۆشەویستیی ئەو کەسەوە چارەسەری دەکات.

لە لێکۆڵینەوە دەروونییەکانی پەیوەند بە چارەسەرکردنی دەروونییەوە تێبینی کراوە، کە دیاردەیەکی کۆن هەیە لە پەیوەندیی پیشەیی چارەسازەوە بە نەخۆشەوە، واتە نەخۆش دەکەوێتە خۆشەویستیی چارەسازەوە، بۆیە یاسا دانربوو بۆ کۆنترۆڵکردنی ئەو پەیوەندییە پیشەییە، بەڵام دیاردەکە لە هەموو نەخۆشێکدا هەیە، ئیتر کەسی چارەساز، چارەسازی دەروونی بێت یان پزیشک یان تەنانەت چارەسازی ڕۆحانی.

کەواتە ئەم دیاردەیە بۆچی هەیە، بۆ ڕوو دەدات؟ هۆکارەکان و شیکارکردنی زۆری دەوێت و ڕەنگە هۆکاری یەکەمی ئەوە بێت، کە پەیوەندییەک لەنێوان هەردووکیاندا هەبێت، ڕاستە پەیوەندییەکی پیشەییە بەڵام پەیوەندییەکە وادەی یەکتربینین و قسەکردنی دوولایەنەی تێدایە. واتە وردەکاریی تێدایە، کە لە پەیوەندیی ڕۆمانسی دەچێت و وا دەکات لایەنی نەخۆش لەسەر ئەو بنچینانە بکەوێتە وەهمەوە. دووەم پەیوەندییەکی سۆزدارانییە، کە سکاڵا و گوێگرتن و بایەخپێدان و نهێنی و کاتپێدان و ڕێنمایی و ئامۆژگاریکردنی لە دڵەوە و هاوکات دڵنیاکردنەوەی بۆ بەرامبەر تێدایە، کە نەخۆشەکەیە، بۆیە نەخۆش ڕەنگە بکەوێتە وەهمەوە کە لە خۆشەویستیدایە.

لەلایەکی ترەوە لەو پەیوەندییەدا ڕەنگە نەخۆش وەک کەسێکی بەتواناتر لە چارەسەر و ڕزگاکەریدا بڕوانێتە چارەساز، بۆیە بە ڕێز و نەوازشەوە تەماشای دەکات و ئەو ڕوانینە لە شێوەی سۆزداریدا دەر دەکەوێت، یان ڕەنگە ببێتە تۆوی شەیدابوون. هەندێک جاریش مەسەلەکە لە ناخی نەخۆشدا هێندە بە خێرایی پەرە دەسەنێت، کە چارەساز ناتوانێت بیوەستێنێت. لە هەندێ

باریشدا کەسی چارەساز بڕێک ئۆباڵی دەکەوێتە ئەستۆ کاتێک هەست دەکات نەخۆش شەیدا و سەرسامی بووە و قبوڵی دەکات و هانی دەدات، یان لە ڕووی پیشەییەوە هەوڵی ڕاگرتنی نادات. بێگومان پابەندبوون بە پیشەییبوونەوە لە قبوڵنەکردنی دیاری و دیالۆگە لاوەکییەکان یەکەم هەنگاوی بنچینەیی بێت.(1995 Altman).

لە هەندێ حاڵەتی کەمدا، چارەساز، ئیتر وێنە و شێوەی چارەکردنەکەی هەر چۆنێک بووبێت، نەخۆشی بەگەڕ خستووە (ئیستیغلالی کردووە)، گەرچی حاڵەتێکی زۆر دەگمەنە لە جیهاندا.

گرنگ ئەوەیە دیاردەی خۆشویستنی چارەساز دەکرێت بە وێنەیەک لە وێنەکانی وەهمی خۆشەویستی ناو ببرێت و لە وێنەیەکدا ڕوو دەدات، کە لایەنێکی لاوازی خاوەنپێویستی و لایەنێکی تری بەهێزی یارمەتیدەر ڕۆڵی تێدا دەبینن.

ڕاستە پەیوەندیی دایک بە مناڵەکەیەوە دەبێتە تۆوی ناپاکیکردن؟

نکوولی لە کاریگەری و ئاسەواری قۆناغی مناڵی لەسەر کەسێتیی مرۆڤ ناکرێت. ڕاستە هەندێک لە فێرگە دەروونییەکان، وەک فێرگەی دەروونشیکاری، زیادەڕەوییان کردووە لە بارەی کاریگەریی مناڵی و پێنج ساڵی یەکەمی تەمەنی مناڵەوە لەسەر قۆناغەکانی دواتری ژیانی، بەڵام ئێمە لە بنچینەی بیرکردنەوەی هاوسەنگی دەروونییەوە دەڵێین، قۆناغی مناڵی لە زۆر باردا مۆرکی خۆی بەسەر کەسێتیی مرۆڤەوە بە درێژاییی تەمەنی جێ دەهێڵێت، بەڵام قووڵیی ئەزموونی مناڵی و ڕادەی کاریگەریی ئەزموونە ئەرێنی و نەرێنییەکانی دواتری تەمەن هێز و چەسپان و مانەوەی ئەو مۆرکە دیاری دەکەن، چەندە ئەزموونە هاوشێوە یان لەیەکنەچووەکانی قۆناغی مناڵی نەرێنی بن هێندەیش

هەڵچوون و چەسپانی ئەزموونە نەرێنییەکانی منداڵی بەهێز و چەسپاوتر دەبن، پێچەوانەکەیشی ڕاستە، ئەزموونە ئەرێنییەکانی دواتر ئەزموونە نەرێنیەکان دەسڕنەوە، یان دەیانشارنەوە، یان لایکەمی کاریگەرییان کەم دەکەنەوە، بە لایەنی پەیوەندیی ناپاکیی کەسێتییشەوە بە دایکەوە، دەبینین پەیوەندییەکە بە هۆی جۆرێتیی ئەزموونەکانی منداڵەوە بە دایکیەوە ئەگەری ڕوودانی دەکرێت، ئیتر کەسی ناپاک مێ بێت یان نێر.

ئەزموونی یەکەم، نەبوونی خۆشەویستییە بۆ دایک بە هۆی دڵڕەقییەوە دەرهەق بە منداڵ، کە وا دەکات منداڵ لە عەقڵی خۆیدا بڵێت، " دایکم خراپە و دەبێ دایکێکی تر پەیدا بکەم" منداڵ، نێر بێت یان مێ، بە هێمای دۆزینەوەی جێگرەوەیەک بۆ دایک گەورە دەبێت و ڕەنگە ئەو خواستە بۆ دۆزینەوەی جێگرەوەیەک دواتر ناخودئاگایانە ڕەفتاری پەیوەندییەکی سەرباری، پەیوەندییەکی زیادە، بەسەر پەیوەندیی هاوسەرێتییەوە، کە بە ناپاکیی ناو دەبەین دروست بکات. ئەو جۆرە کەسانە بە هۆی ئەو ڕەفتارە ناچارییانەیەوە ئەو کارە دووبارە و چەندبارە دەکەنەوە.

ئەزموونی بینینی دایک یان باوکمان هەیە لەسەر ناپاکییەکی واقیعی یان وەهمکراو لەلایەن منداڵەوە، ئەوکات وەبەرگرتنی ڕەفتاری ناپاکی، دەبێتە خواستێک بۆ تۆڵە و سزادانی هەمان جۆر، واتە منداڵی ناپاکیکەر سزای هەموو ژنان دەدات بەوەی وەک دایکی بە ناپاکیان دەزانێت، یان بە ناپاکیکردنەکە سزای هاوسەرەکەی خۆی دەدات و بەلایەوە وا دەبێت، کە سزای دایکی داوە، یان کچ ناپاکی دەکات تا وەک دایکی لێبێت و هەر کاتیش وەک ئەوی لێهات ئەوسا ڕقەکەی لە دایکی کەم دەبێتەوە، ئەو ڕقەی عەقڵی ناوەکی ڕەتی دەکاتەوە چوونکە ڕقێکە حەرام، یان قەدەغەکراوە لەنێوان دایک و کچ، یان باوک و کوڕدا هەبێت.

دەشێت ناپاکیکردن نەریتێکی نەستەکی، ناخودئاگایی بێت،

کـە تیایـدا ناپاکـی پەیوەسـت کـراوە بـە ڕەگـەزی ناپاکیکـەرەوە، دایـک یـان بـاوک، ڕەنگـە کـوڕ بـە هـۆی ناپاکیـی باوکیـەوە بـەو بڕوایـەوە گـەورە بێت، کـە ناپاکی بەڵگـە و نیشـانەی پیاوەتییە، یان مافـی پیـاوە کـە زۆر بـۆی بـە نەنگـی هەژمـار ناکرێت، ئەگـەر لـە منـاڵییشـدا ئـەو ڕەفتـارە ڕەت بکرێتـەوە ئەگـەر هەیـە لـە گەورەییـدا بـە هـۆی مانـەوەی لـە زەیـن و هزروبیـری مناڵیـدا جارێکـی تـر سـەر هەڵبداتەوە، لەم بارەیشـدا ناپاکیکردنەکە وەک لاسـاییکردنەوە ڕوو دەدات کاتێـک پەیوەنـدی لەگـەڵ دایـک یـان باوکـدا پەیوەندییەکـی بـاش و ئاسـایی دەبێت.

چیرۆکی وەهمی خۆشەویستیی سارە چیە؟

سـارە یەکێکـە لـە شـاکارەکانی ئەدەبـی جیهانـی، ڕۆمانەکـە بەکورتـی بـاس لـە کچێـک دەکات خـودا ڕۆحێکـی پـاک و ناسـک و ڕۆمانسـی و ئاشـقانەی پـێ بەخشـیوە، بـەڵام ئـەو ڕۆحـە دیلـی نێـو جەسـتە و شـێوەیەکی ناشـیرینە، سـارە لەنێـو چیرۆکـی خۆشـەویسـتیی کچەهاوڕێکانیـدا دەژیـا، لـە خۆشـی و شـادمانی و خـەم و ناسـۆرەکانیاندا بـوو، شـەویش بـە چـاوی پـڕ لـە ئەشـک و خـەم و ناسـۆرەکانی دڵیـەوە دەچـووە نێـو نوێنـی خەوتنـەوە چوونکـە خـۆی خۆشەویسـتی نەبـوو. لەگـەڵ تێپەڕبوونـی کات و پێویسـتیی زیاتـری بـە خۆشەویسـتی و پرسـیاری هاوڕێکانـی، کـە دەیانویسـت بزانـن ئاخـۆ سـارە پێشـتر خۆشەویسـتیی کـردووە، سـارە چیرۆکـی خۆشـەویسـتیی ئاشـقێکی دادەهێنێت گوایـە نامـەی بـۆ نـاردووە. بێگومـان سـارە خـۆی بـە هەمـوو پەرۆشـی و شـەیدایی و ئـازار و سـۆزی گەرمییـەوە نامەکـەی نووسـیبوو، کاتێـک نامەکـە بـۆ دەستەخوشـکەکانی دەخوێنێتـەوە زۆر کاریـان تـێ دەکات و داوای لـێ دەکـەن ئەویـش وەڵامـی نامـەی ئاشـقەکەی بداتـەوە. سـارە بـە دەسـتی خـۆی وەڵامـی ئاشـقەکەی بـۆ خـۆی

دەنووسێت، ئیتر بەو جۆرە نامەی خۆی و ئاشقەکەی هەر خۆی دەیانووسێت و یەکبەیەک بۆ هاوڕێکانی دەیانخوێنێتەوە و ئەوانیش بەپەرۆشییەوە گوێی لێ دەگرن، بەڵام لەبەر ئەوەی هەموو شتێک هەر دەبێت کۆتایی هەبێت، هاوڕێکانی لەبارەی دەرەنجامی ئەو ئەشقەیەوە پرسیاری لێ دەکەن، کە بە چی دەگات، سارەیش لە قۆناغێکدا بوو، کە ئیتر وەهمەکەی گەیشتبووە ئاستێک خۆی بڕوای بە ڕاستیی چیرۆکەکەی هێنابوو. لێرەدا سارە نامەیەک بۆ خۆشەویستەکەی دەنێرێت و داوای ژوانی لێ دەکات، لە خۆیشیەوە وەڵامی نامەکەی بۆ دێتەوە، کە چیرۆکی ئەشقەکەیان کۆتایی پێ هاتووە و دەبێ دەست لەیەک بەردەن. بەڵام سارە لە گەرمەی ئەو وەهم و خۆشەویستیەدا خۆی ڕاناگرێت، دواجار خۆی دەکوژێت.

نەخۆشیی "پارافیلیا" (P araphilia) چییە؟

پارافیلیا لە بازنەی کێماسیی کەسێتیدا پۆلێن دەکرێت، واتە بێ توانایی لە خۆشویستنی یەک کەسی دیاریکراو. نەخۆشیەکە بریتییە لە هەڵچوونێکی ناچاری بۆ ئەندێشەیەکی سۆزداری و حەزی سێکسی بۆ زیاتر لە کەسێک. کێشەکەیش لەوەدایە ڕەنگە ئەو حەزە سێکسییە دواجار کەسانی نامەحرەمی وەک کچ، براژن، پوور و هاوشێوەکانی بگرێتەوە، بۆیە هەڵەیە گەر ئەم حاڵەتە لە بازنەی "پەیوەندی بە نامەحرەمەکانەوە" پۆلێن بکرێت، هەندێک لە توێژەرانیش بە کێماسی شوناسی ناو دەبەن، چوونکە کەسی تووشهاتوو بە پارافیلیا، ناسنامەی ئەو کەسانەی بەلاوە گرنگ نییە، کە حەزی لێیانە. لە نیشانەکانی ئەو کێماسییە ئەوەیە، کە نەخۆشیەکی درێژخایەنە و تووشبوو هەمیشە لە خەیاڵی بەهێزی سێکسیدا دەژی کە لە سایەی هەستێکی هەڵچووی بەردەوامدا هەوڵ دەدات ئەو خەیاڵە بە

دەستدرێژیکردن بێت یان فریودانی کەسێک بەکرداریی بکات. کەسانی لەو جۆرە توانای خۆشەویستیی سروشتییان نییە و ناتوانن کەسێکی دیاریکراویان خۆش بوێت.(Levin et 1990 .(al

ئیرۆتۆمانیا Erotomania چییە؟

ئیرۆتۆمانیا بڕوایەکی قووڵە لای کەسی تووشهاتوو بەوەی کەسێک خۆشی دەوێت و هێندە شەیدای بووە دەیەوێت هەمیشە بەدوایەوە بێت، بێگومان ئەوەیش وەهمێکە و ڕاستی نییە، دیارە حاڵەتێکیشە لە چوارچێوەی کێماسیی عەقڵیدا پۆلێن کراوە و زیاتریش لە ژندا هەیە، ئەگەر لە پیاویشدا هەبێت، توندوتیژی لەگەڵدا دەبێت دەرهەق بە ژن، وێڕای ڕەتکردنەوەی ئەو ژنەی کەسی وەهمگرتوو پێی وایە خۆشی دەوێت، قوربانیی پیاوی لەو جۆرە ڕەنگە هاوڕێی کارکردن یان کەسێکی دووریش بێت. هۆکارەکانی ئەو حاڵەتە زۆرن، یەکێک لەوانە تووشبوونە بە هەڵچوون و وروژانی سێکسی، کە وا دەکات کەسەکە پێی وا بێت ئەو کەسەی حەزی لێیەتی و ئاشقی بووە هۆکاری ئەو وروژانەیەتی. هۆکارێکی تری خواستی ناخودئاگاییانەی کەسەکەیە بۆ بەتاڵکردنەوەی خواستەکەی لە دیاریکردنی کەسێک و تۆمەتبارکردنی بەوەی هاندەری وروژانەکەیەتی، یان دەشێت پەرچەکرداری ناپاکیی هاوسەرێتی و بێمتمانەیی بێت بە خود. ئەم حاڵەتە بە پلە و ڕادەی جۆراوجۆر هەیە و هەندێک جاریش ڕادەکەی کەمە و ڕەنگە بە هەڵەلێکدانەوەی هەندێ ڕەفتار و جووڵەی بەرامبەر بێت، زیاتریش لەنێو کچاندا ڕوو دەدات ئەویش بە هۆی پێویستییانەوە بە خۆشەویستی.(1980 Berry and Haden)،(1987 Goldstein)،(1983Taylor et .(al

نەخۆشیی "ڕقبوونەوە لە ژن"(Misogynist) چییە؟

نەخۆشـیەکی دەروونییـە بـە هۆیـەوە پیاو زۆر ڕقی لە ژن دەبێتەوە، هـەر ژنێک بێت، نەخۆشـییەکە دەرەنجامـی بێمتمانەییـە بـە خـود و بڕوایەکـە بـەوەی ژن هـۆکاری مەینەتـی و نەهامەتییەکانـی پیاوە. ئەو پیاوەی بەو جۆرە ڕقی لە ژنـە و دووژمنیتـی، ڕەنگـە بـە ئەزموونێکـدا تێپـەڕی بێـت، کـە ژن دەسـتبەرداری بووبێـت، یـان ڕەتـی کردبێتـەوە و بەجێـی هێشـتبێت، بـەو هۆیەشـەوە بـە ڕادەیەکی زۆر "مـن - أنـا" و دڵ و دەروونـی تێک شـکابێت، ئەویش وەک سـزایەک، کـە ڕەنگـە دەرەنجامـی ئەزموونێکـی کردەیـی یـان وەهمێـک بێـت، ڕقـی لـە ژن دەبێتـەوە و دەیەوێـت ورەی تێـک بشـکێنێت.

زۆرێـک لـە توێـژەران پێیـان وایـە پیـاو کاتێـک تووشـی " ڕقبوونـەوە لـە ژن" دەبێـت، پرسـەکە لای ئەزموونـی سـۆزداریی پێگەیشـتنی تێدەپەڕێنێت و بێگومانـە، کـە ئـەو حاڵەتـە ڕەگوریشـەی منداڵیـی هەیـە کـە لـە منداڵیـدا دایکـی دەسـتبەرداری بـووە، یـان پەیوەندیـی بـە ڕەفتارێکـی ئاکاریـی خراپـی دایکـەوە هەیـە.

هەندێک لە تووشبووان بە ڕقبوونەوە لە ژن بە ساختە خۆشیان دەوێن و پەیوەندیی بە ژنـەوە دەکـەن و دواتـر هەوڵـی ئازاردان و تێکشـکاندن و ڕەتکردنـەوەی دەدەن. شـێوازی پـەروەردەی توندڕەوانـە نموونـەی پیـاوی لـەو جۆرەمـان بـۆ بەرهـەم دەهێنێت. ئـەو دایکـەی بـە زبـری و تونـدی مامەڵـە لەگـەڵ کوڕەکەیدا دەکات گوایـە دەیەوێـت زوو ببێـت بـە پیـاو بۆ ئەو مەبەسـتە سـۆزدارییەکی زۆر کەمـی دەداتـێ، دوور نییـە ببێتـە پیاوێـک ڕقـی لـە ژن بێتـەوە، ئـەو دایکەیشـی زۆر لاوازە و هەمـوو بەرپرسـیارێتییەکان دەخاتـە ئەسـتۆی کوڕەکـەی، کـە هێشـتا لـە ئاسـتی ئـەو بەرپرسـیارێتییەدا نییـە بـە هەمـان شـێوە وا دەکات کوڕەکـەی، کـە دەبێتـە پیاو ڕقـی

لە ژن بێتەوە. هەندێک ئەو حاڵەتە دەخەنە بازنەی" سادیزم" وە، بەڵام پۆلێنێکی هەڵەیە، چوونکە کەسی سادیزم ئەو کەسەی خۆش دەوێت، کە ئازاری دەدات، بەڵام کەسێک ڕقی لە ژن بێت لەبەر ئەوە ئازاری دەدات، کە ڕقی لێیەتی.

نموونەی ئەو پیاوەی ڕۆڵی ئاشق دەگێڕێت و دواتر بەبێ هۆکارێک پەیوەندییەکە دەپچڕێنێت، تا ژنەکە ڕیسوا بکات نموونەیەکە و هەیە.

غیرە (لەچەری) چیە؟

زاراوەی غیرە (لەچەری، بەپێی فەرهەنگی یاریدەر، بەشی سێیەم، فوئادی تاهیر سادق) زاراوەیەکی فراوانە، کە لە فیکری ئەدەبی و ژیاری و ئاینیدا تێکەڵ بەیەک بووە. غیرە وەک زاراوە لە کۆمەڵگەیەکەوە بۆ کۆمەڵگەیەکی تر و بەپێی چەمکە ئاینی و ئاکاری و دەروونییەکان دەگۆڕێت و جیاوازیی هەیە.

بەڵام بە شێوەیەکی گشتی غیرە وا پێناسە دەکرێت، کە هەستێکی نەرێنیی زادەی ترسە لە لەدەستدانی کەسێکی ئازیز، کە لە زۆرینەی بارەکاندا خۆشەویستە، ئەویش بە بوونی کەسێکی تر "ڕەقیب" ێک ڕکابەریی لەسەر بکات و ببێتە ئەو مەترسییەی کەسی غیرەکاری لێی دەترسێت، واتە لەدەستدانی خۆشەویستەکەی و هەڵگەڕانەوەی لێی.(Mathes and 1981 Severa).

هەندێک پرسی هۆکار بۆ غیرە هەن، کە کۆدەنگییان لەسەرە، وەک قسەی سۆزداری، دەستلێدان و دەستبازی، پەیوەندیی سێکسی. لە کۆمەڵگەی خۆرهەڵاتیدا ئەو هۆکارانە دەگۆڕێن بۆ لەئامێزگرتن، سەماکردن، کە ئەمانە لە خۆرئاوادا شتانێکی ئاساییین و هۆکاری غیرەکردن نین.(1987Bunnk and Hupka).

هەرچەندە بڕوا وایە غیرەکردن بەڵگەی خۆشەویستییە، بەڵام لێکۆڵینەوەکان سەلماندوویانە ئەو هاوسەر و ئەویندارانەی کەمتر غیرە لە یەکتری دەکەن، خۆشەویستی و پەیوەندیی هاوسەرییان لەوانە بەهێزترە، کە غیرە لە یەک دەکەن.(1985Greenbery and Pyszzynski).

ژنان زیاتر غیرە دەکەن یان پیاو؟

غیرەکردن هەستێکی مرۆییە بەگشتی، بەڵام لێکۆڵینەوە جێمتمانەکان سەلماندوویانە ئاست و ڕادەی غیرەکردنی ژن لە پیاو زۆرترە، هۆکانیشی زۆرن، لەوانە ڕێگەدان بە پیاو لە نەریتی کۆمەڵایەتیدا بەوەی لە دەرەوەی پەیوەندیی سۆزداری و هاوسەریشدا پەیوەندیی تری هەبێت بەبێ ترسان لەو سزایەی بەر ژن دەکەوێت ئەگەر ئەو پەیوەندییانەی هەبێت[1]

هەستکردن بە غیرە لای پیاو ڕەفتاری دژانەی توندی لێدەکەوێتەوە، واتە پیاو لە ژن شەڕەنگێزترە ئەگەر هەستی غیرەی لا دروست بێت.(1987DOWNEY AND Vituli).

پیاو هەندێک جار بە توندوتیژیی لە قسەکردن و توندوتیژیی جەستەیی گوزارشت لە غیرەکردنەکەی دەکات، بەڵام ژن بە گریان و هەوڵدان بۆ ڕاکێشانی خۆشەویستەکەی و بایەخدان

---

١ بەندە پێم وایە کاتێک نووسەران هۆکاری ئەم جۆرە حاڵەتانە بۆ دابونەریتی کۆمەڵایەتی دەگێڕنەوە دەبێ ئاماژە بەوە بدەن، کە نەریتێکی هەڵەی بێبنەمایە، چوونکە هەندێک نووسەر کە باس لە نەریت و کلتوور دەکەن جارجارە ئەو هەڵەیە دەدەنە پاڵ ئایین بەگشتی و لەم سەردەمەیشدا ئیسلام بەتایبەتی، کە ئەوە هیچ بنەمایەکی نییە و هەڵەکان هەڵەی مرۆڤەکانە لەپێناوی بەدیهێنانی بەرژەوەندی و خواستە تاکەکەسییەکاندا دەکرێن، چوونکە ڕەوا نییە پیاو ئازاد بێت و ترسی سزای نەبێت و ئەو ترس و سزایە تەنها بۆ ژن بێت، کە پێم وایە هیچ ئایینێک ئەمەی قبوڵ نییە و داهێنانی نەریتی چەوتە و تێکەڵ بە کلتوور کراوە و زۆرینەی نارۆشنبیران پشتگیری بوون بۆیە ... وەرگێڕ

بە شێوەی خۆی، یان بە ڕەفتاری ئارامینواندن و لەسەرخۆیی و سۆزڕاکێشانی پیاوەکەی، خۆشەویستەکەی، گوزارشتی لێ دەکات. پیاوی خۆرئاواییش ڕەنگە بە مەیخواردنەوە و خۆمەستکردن گوزارشت لە غیرەکەی بکات.(1993Deweerth and Kalama).

پیاو ئەگەر ببینێت پیاوێکی تر دەوروگڕی ژنەکەی دەدات و ئەو پیاوە هەندێک لە تواناکانی لەم زیاترە (جوانترە، دەوڵەمەندترە، سەرکەوتووترە لە کارەکانیدا، قسەزانترە بۆ نموونە) بێگومانە غیرە دەیگرێت (1992Mcintosh and Tate). بەڵام ژنبەژنی لە خۆی جوان و شۆختر غیرە دەیگرێت، بەتایبەتی ئەگەر ژنەکە متمانەی بە خۆی هەبێت و سەرنجڕاکێش و ناسراویش بێت (.(1985Joseph هەروەها ژن بۆ ژنێکی خاوەنپێگەی کۆمەلایەتی بەرزتر لە خۆی هاوکات غیرە دەیگرێت، وێڕای غیرەکردنی لە هاوڕێ و کەسوکار، یان هاوسەری خۆشەویستەکەی کە بەشێک لە بایەخدانی بۆ ئەوان دەبێت.(1985Hausen).

ئاژەڵیش وەک مرۆڤ هەست بەو غیرەی خۆشەویستییە دەکەن؟

بەڵێ. لە دەروونناسیی ئاژەڵدا سەلمێنراوە، هەموو ئاژەڵێک کاتێک هەست دەکات لایەنی سێیەم هاتۆتە مەیدانەوە ڕەفتاری غیرەکردن دەنوێنێت و هەمان کاریگەرییەکانی غیرەکردنی لێ دەر دەکەوێت، وەک خەمۆکی و هەڵچوون و شەڕەنگێزی و بەرەنگاربوونەوەی لایەنی ڕکابەر، کە دەیەوێت پەیوەندییەکەیان تێک بدات و هاوبەشی ژیانی لێ داگیر بکات. لەو لێکۆڵینەوانەدا کە لەسەر مەیموون کراون، تێبینی کراوە مەیموون لە بارەی هەستکردنەوە بە غیرە لە هەموو ئاژەڵان زیاتر لە مرۆڤەوە نزیکە، بینراوە کاتێک مەیموونێکی مێیینە دەخرێتە ئەو قەفەسەوە،

کە نێرە و مێیەیەکی تیایە، مێیەی یەکەم تووشی خەمباری و جۆرێک لە هاربوون دەبێت، دواتریش گۆشەگیر و تەنانەت چالاکیی زایەندییشی کەم دەبێتەوە.(1988Anzenberger).

غیرەی ئاسایی و سروشتی و غیرەی نەخۆشی هەیە؟

لە هەموو هەڵچوونە سۆزدارییەکاندا ڕادە و سنوورێکی ئاسایی و سروشتی و ناسروشتی هەیە. غیرەی سروشتی و ئاسایی بریتییە لە کۆمەڵێک هەست و سۆزی پێکداچوو، کە تووڕەیی و نائومێدی و ترس تیایدا باڵادەستە، ئەویش بە هۆی بوونی هەڕەشەیەکی کردەیییەوە لەلایەن کەسێکی تری دەرەکییەوە لەسەر کەسێک، کە هەست و سۆزی خۆشەویستی، تێربوونێکی زایەندی یان هەر شتێکی ترمان پێ دەبەخشێت و دەترسین لەدەستمان بچێت. واتە غیرەکردنێکە لەپای بوونی مەترسییەک و هەڵسان بە وەڵامدانەوەیەکی ڕەفتاریانەی ڕەوا بۆ ڕەواندنەوەی ئەو مەترسییە، بێگومان لەم غیرەکردنەدا کێماسییەکی دەروونی هەیە کە لە لەقبوونی متمانەکردن بە خود و ترس و نیگەرانی و دڵەڕاوکێدا نموونەگیری دەکات، دووریش نییە بە هۆی ئەو ڕەفتارانەوە و هەڵەشەیی بنوێنین.

ئەو غیرەیەی بە نەخۆشی دادەنرێت دوو جۆرن، غیرەیەک زیادەڕۆیی تێدا بکرێت و غیرەیەکیش وەهمە. غیرەی زیادەڕۆیی لەگەڵ بوونی هەڕەشەیەکی کردەییدایە لەسەر پەیوەندیی خۆشەویستی بێت یان هاوسەرگیری، بەڵام زیادەڕۆیی دەکرێت لە قەبارە و ڕادەی هەڕەشەکەدا و زیادەڕۆیی کردنیش لە پەرچەکرداری کەسەکە لە ئاستی ئەو کەسەی هەڕەشەکەی دروست کردووە.

غیرەی وەهمییش غیرەیەکە هیچ بنەمایەکی واقیعیی کرداریی نییە، بەڵام پەرچەکرداری کەسەکە لە ئاستیدا ئازاردانێکی

زیادەڕەوانەی خودی خۆی، یان ئازاردانی خۆشەویستەکەی، یاخود ئازاردانی ئەو کەسە دەبێت، کە وا دەبینرێت ڕەنگە خۆشەویستەکەی لەدەست دەر بکات، هەندێک جاریش زیادەڕۆیی لە پەرچەکرداردا دەگاتە ڕادەی خۆکوشتن یان کەسی بەرامبەرکوشتن.

ئەو کەسەی ئەم غیرەی نەخۆشییەی هەیە، کەسێکی نەخۆشە و بەزۆر هەستی خۆڕسکانەوە دەژی، واتە دەشێت جارێک لەو بڕوایەدا بێت خۆی لەو کەسە باشترە کە ڕکابەریی دەکات، جارێکیش پێی وا بێت ڕکابەرەکەی لەو باشترە(1980Schmih) لە زۆر باریشدا ڕەنگە ئەو کەسە ببێتە کەسێکی "پارانۆیا"یی و شێتگیر و هەموو نیشانەکانی تێکچوونی هەستەدەماریی بەتوندی لێ دەر بکەوێت. ڕەنگە غیرەکەیشی واقیعی بێت و بە هۆی دژایەتی و شەڕەنگێزیەوە بگاتە سزادانی ڕکابەرەکەی - وەک پێشتر باسمان کرد - چوونکە ڕکابەرەکەی بە هۆکاری ئازار و مەینەتی کێشانی خۆی دەزانێت.(Mathes 1993 and Verstaete) .لێکۆڵینەوەکان و ئامارەکان لە کۆمەڵگەی خۆرئاوایی سەلماندوویانە کەسانی کەمتر واقیعبین، کەمتر متمانەبەخۆکەر، زیاتر پارێزکار و دیندار غیرەیان زیاترە.

بۆچی وەک مرۆڤ لە ڕادە و ئاستی غیرەکردندا لە یەکتری جیاوازین؟

جیاوازی لە ئاست و ڕادەی هەستکردن بە غیرەکردن و جیاوازی لە شێوەی گوزارشتکردن لە غیرەکردندا پرسێکە لە ژیانی ڕۆژانەماندا تێبینی دەکرێت. خەڵک هەن تا ڕادەی ساردوسڕی کەم غیرەکارن و خەڵکیش هەن زۆر غیرەکار و شپرزەن و بە ئاگری غیرە و لە ئاستی هەر هەڕەشەیەکی دەرەکیدا کڵپە دەسێنن و هەڵدەچن، تەنانەت گەر کەسێک بە تیلەی چاویش

سەیری خۆشەویست، یان هاوسەرەکەی بکەن. هۆکاری پلەبەندیی غیرە بۆ سێ فاکتەری سەرەکی دەگەڕێتەوە:

١- ژیار، ئەو ژیارەی خەڵکی تێدان هۆکارێکە بۆ پێکهێنانی غیرە، چۆن ژیاری خۆرئاوایی ئەورووپایی تاکێکی سارد لە غیرەکردندا پێک دێنێت، ژیاری خۆرهەڵاتی بە پێچەوانەوە تاکێکی زۆر غیرەکار دروست دەکات، گەرچی کۆدەنگیی گشتی لەوەدایە کە غیرەکردن هەستێکی مرۆییە و جیاوازیەکە لە کەسێکەوە بۆ کەسێکی تر زۆر نییە.(1993Hupka et al).

٢- کەسێتیی مرۆڤ لە شێوە سروشتییەکەیدا، هەندێکمان بە خەسڵەتی گەرم و توند و هەڵچوونەکییەوە لەدایک دەبێت، تەنانەت تەحەمولی تیلەی چاوێکی بەرامبەرەکەی ناکات. کەسێتی تریش هەن سارد و ئارام و دانان و هەست بە غیرەکردن ناکەن.

٣- سروشتی پەیوەندیی نێوان ژن و پیاو (هەردوو ڕەگەز) جۆرێک پەیوەندی هەیە تیایدا لایەنێک ئەو هەستی غیرەکردنەی دەوێت، پەیوەندییش هەیە لایەنێک تیایدا جێی متمانە نییە و دەبێتە هۆی ئەوەی غیرەی لێ بکرێت، پەیوەندیی تریش هەن پەیوەندیگەلێکی ئارام و پێگەیشتوو و هاوسەنگن و هیچ غیرەکردنێکیان تێدا ڕوو نادات.

سایکۆلۆژیای ئەوانە چۆنن کە دەبنە وروژاندنی غیرەکردن؟

ئەو کەسەی غیرە دەوروژێنێت، کەسانێکن وا دەکەن هاوپەیوەندییەکەیان وا هەست بکەن هەڕەشەیەکی دەرەکییان لەلایەنی سێیەمەوە لەسەرە، ئەمەیش بە جۆرێک دەبێت کەسی غیرە وروژێنەر کاتێک لەگەڵ خۆشەویستەکەیدا، هاوسەرەکەیدا دەبێت، بۆ ئەوەی گڕی غیرەی کڵپە بسێنێت بە کردەیی چاوبازی لەگەڵ کەسی سێیەمدا دەکات. یان غیرە وروژێنەر بە کردەیی پەیوەندی حەزبازی لەگەڵ کەسی سێیەمدا دەبەستێت،

یـان چیرۆکێکـی لـەو جـۆرە دروسـت دەکات، یـان بارودۆخێـک دێنێتـە ئـارا ببێتـە هـۆکاری غیرەکردن، ئیتـر بـە هـۆی تێکەڵبوونـەوە بێت بـە هاوڕێیانـی کار، یـان چـوون بـۆ ئـەو شـوێنانەی ئەگـەری دەوروگرڕدانـی لـێ بکرێـت، یـان بـە گێڕانـەوەی پەیوەندییەکانـی پێشـووتری. ڕەنگـە کەسـی غیرەورووژێنـەر بـە چەنـد هۆکارێـک ئـەو کارە بـکات:

١- بـۆ ئـەوەی دەوروبـەری بکەونـە وەهمێکـەوە بـەوەی خۆشەویسـتەکەی زۆر شـێتانە خۆشـی دەوێـت.

٢- بـۆ تاقیکردنـەوەی ڕادەی بەهێـزی پەیوەندییەکـەی لەگـەڵ خۆشەویسـتەکەیدا.

٣- بـۆ بەدەسـتهێنانی پاداشـتێک وەک خۆشەویسـتیی زیاتـر، دیارییەک...هتـد.

٤- ئازاردانـی خۆشەویسـتەکەی بـەوەی هەمیشـە شپرزە بێت و هەست بە کەمـی خۆی بکات....هتد.

٥-- هۆکارێکـی تۆڵەسـەندنەوە بێـت بـۆ ناپاکییـەک پێشـتر خۆشەویسـتەکەی کردبێتـی و بـۆ ئـەوەی ئەویـش هەمـان ئـازار بچێژێـت.

٦- نـازدان بـەو کەسـەی غیـرەی هەڵدەسـێنرێت بەوەی کەسـێکی ئازیز و خۆشەویست و ویستراوە.

٧- خواسـتێکی ناخودئاگایی یـان خودئاگایی بـۆ تێکشـکاندن و نەهێشـتنی پەیوەندییەکـە.

٨- خۆپاراسـتنە لـە ئیرەیی چاوی ئەوانـی تـر بـۆ ئـەوەی نەڵێن ئـای چەندە یەکترییـان خۆشـدەوێت!

٩- نەخۆشـییەکی دەروونییـە، ئەمەیـان ئەگـەری زیاتـری لـێ دەکرێـت، بەتایبەتـی ئەگـەر وروروژاندنـی غیـرە بووبێتـە شـێوازێکی ژیان، کەسـی نەخۆشـیش ڕەنگە کەسـێکی شـەڕەنگێز بێت و بیەوێت بـە ورووژاندنـی غیـرە چێـژ لـە ئازارچەشـتنی خۆشەویسـتەکەی

ببینێت، یان دەرەنجامی کێماسیی پارانۆیا، یان کەموکورتی بێت لە خودیدا، واتە لە "من – أنای کەسەکەدا.. (Ammon 1984)
جێی باسە کە ژن لە پیاو زیاتر غیرە وروژێنەرە.(1980White).

ئایا غیرەکردن پەیوەندیی بە پرسی تری دوور لە خۆشەویستییەوە هەیە؟

بەڵێ، لە زۆر باردا غیرەکردن تەنها حاڵەتێک نیشانەیەکی ئاسایی، یان وێنە و ڕەنگدانەوەی هەندێ پرسی دەروونییە، کە لە ناخی مرۆڤدا بەیەکدا دێن، دەشێت غیرەکردن لە بنچینەدا پەیوەندیی بە خودی کەسەکەوە هەبێت، چەندەیش پەیوەندییەکە ڕوون نەبێت، یان متمانەی تێدا نەبێت هێندەیش مرۆڤەکە وەک پەرچەکردارێکی ئەو ململانێی دەروونییە غیرەکردنی زیاتر دەبێت. (1985Stewart and Bealty)

ڕەنگە غیرەکردن یەکێک بێت لە نیشانەکانی خەمۆکی، کە تووشی مرۆڤ دەبێت و ڕەنگە هۆکاری خەمۆکییەکەیش پەیوەندیی بە پرسی خۆشەویستی و سۆزدارییەوە نەبێت.(Magginil and Leusi 1985

وەک پێشتریش باسکرا، ڕەنگە غیرەکردن دەرەنجامی کێشە و گرفتی دەروونیی پەیوەست بە پەیوەندیی منداڵەوە بێت بە خێزانەکەیەوە کە چارەسەر نەکرابێت.(1992Pines).

یان غیرەکردن بریتی بێت لە ڕاگەیاندنی ناڕاستەوخۆی تێر نەبوونی سێکسی، کە لایەنی غیرەکار دەبێت لە پەیوەندیی هاوسەرێتیدا یان لە پەیوەندیی سۆزداریدا بەدیی بێنێت.(1981White).

غیرەکردن هاوکات دەکرێت ڕاگەیاندنی تێکچوون و مەترسی پیربوون بێت، بەترسیشەوە لە مردن، یان ترس لە بێتوانایی

سێکسی، نزیکبوونەوەی نەمانی سووری مانگانە ...هتد .(1992Soyka)

گرنگ ئەوەیە، بایەخدەران بە لێکۆڵینەوە تایبەتەکان بە غیرەکردن دەیسەلمێنن غیرەکردن مەرج نییە دەرەنجامی بوونی کەسێکی ڕکابەر بێت بۆ پەیوەندیی خۆشەویستی، بەڵکوو ڕەنگە چارەسەرێکی خۆگونجاندن بێت بۆ کێشە دەروونییەکان، ڕەنگە ئەم پرسە ئەوە لە چارەسازی ژێر بخوازێت، کە لە خۆی بپرسێت، کێشەی ڕاستەقینەی غیرەکردنی دوور لە خۆشەویستی و ڕکابەر" ڕەقیب"ی خۆشەویستییەکە چی بێت؟(1992Buss et al).

بۆچی هەندێک جار خۆشەویستی بەتوندوتیژییەوە پەیوەند دەکرێت؟

سۆزی خۆشەویستی بەختەوەری و ڕەزامەندی و خۆشگوزەرانی ، هاوکات خەم و ناسۆر و تووڕەیی و ناخۆشیی تێدایە، بۆیە لە حاڵەتی ئەرێنی و نەرێنییشدا دەبینین مرۆڤ پێویستیی بەوەیە خەم و هەستەکانی ناخی دەر بڕێت. لە زۆر بار و لە ئاکامی هەلومەرجی لەیەک جیاوازدا ڕەنگە توندوتیژی ئامرازێک بێت بۆ دەربڕینی هەست و سۆزەکان،ڕەنگە ئەو توندوتیژیە لە ئاستی خۆشەویستدا لە زۆر شێوەدا خۆی بنوێنێت، توندوتیژی دەرهەق بە خود، دەرهەق بە خۆشەویست، یان لە دژی کەسانی تر لەوانەی پەیوەندییان هەبێت یان نەبێت، تەنانەت توندوتیژی لە دژی کەرەستە مادیەکان و شکاندنیان. شەڕەنگێزی هەیە لە پاشەکشێکردن و هەیشە لە گۆشەگیری و هاوارکردن و توندوتیژیی جەستەییدا نموونەگیری دەکرێن، هەموو ئەو جیاوازییانەیش دەکەونە سەر جیاوازییە تاکەکەسییەکان(1980Pandey and Nagor).. زۆرێک لە دەروونناسان وا دەبینن، کە گەیشتن بە

خاڵی توندوتیژینواندن لە گوزارشتکردن لە هەست و خەمەکانی ناخ دەبێت کەموکورتییەک بێنێتە ئارا، ئەوان بۆ ئەو مەبەستە داوا دەکەن سۆراخی گرێکانی قۆناغی منداڵی بکرێت، و تۆپەکە دەخەنە ساحەی فێرگەی دەروونشیکاری و توندوتیژییەکان لە خۆشەویستیی لای پیاودا دەگێڕنەوە بۆ گرێی ئۆدیب، هەندێکیشیان پەرگیرانە بۆ ئەوە دەچن، کە خۆشەویستی تەنها پەردەیەکە و هۆکارەکەی" ئیرەییبردنە بە زێ" لای پیاو کە یەکسانە بە "ئیرەییبردن بە چووک" لای ژن. ئەو پیاوەیشی بە ناوی خۆشەویستیەوە لە ژن دەدات لە بنچینەدا ئیرەیی بە "زێ"ی دەبات، کە هێزی خولقاندنی مرۆیی پێ دەدات، کە ئەو بێبەری بووە لێی(1995Kihay). هەندێک لە دەروونشیکارانی تریش پێیان وایە توندوتیژی ئەگەر نەگاتە ئازاردان، بۆ گوزارشتکردن لە هەست و سۆزەکان کارێکی قبوڵکراو و سروشتییە.

هۆکارە ڕاستەوخۆکانی پاڵنەر بۆ توندوتیژی لای ئەوانەی لە خۆشەویستیدان ئەمانەن،هۆکاری یەکەم ڕەتکردنەوە: ڕەتکردنەوە قورسترین کارە، چوونکە تۆ کاتێک کەسێکت خۆش دەوێت و ئەو ڕەتت دەکاتەوە ئیتر وا هەست دەکەیت هیچ نرخ و بەهایەکت نەماوە، بۆیە زیاتر ئازاری ئەو خۆشەویستە دەدەیت، کە ڕەتی کردوویتەوە و بووەتە هۆکاری ڕقبوونەوە و بێبەهادانانی خودی خۆت، کە دەبوو بە پێچەوانەوە بووایە، واتە بە وەڵامدانەوەی بۆ خۆشەویستییەکەت هەموو بێبەهایی و ڕق و کینەکان پێچەوانە بوونایە، چوونکە ڕەتکردنەوەکە وەک ئەوەیە تۆ دیارییەک پێشکەشی کەسێک بکەیت کەچی ئەو زللەیەکت لێ بدات.(1991Holizworth and Anglin).

غیرەکردن هۆکاری دووەمە بۆ توندوتیژنواندن، غیرەکردن بە هۆی بوونی هەستێکەوە بێت یان لە دەرەنجامی واقیعێکی کرداری بە بوونی ڕکابەر"ڕەقیبێک" بۆ خۆشەویستی، بەتایبەتی

ئەگەر خۆشەویست برێک مەیلی لەوەدا هەبێت، دەبێتە هۆی هاتنەئارای توندوتیژی لە ئاستی خۆشەویستدا بێت یان لە ڕەقیب یان دەربارەی خودی کەسی غیرەکار خۆی، بەڵام توندوتیژی زادەی غیرەکردن زۆرتر دەبێت ئەگەر کەسی خۆشەویست لەسەر ناپاکیکردن بگیرێت، بەتایبەتی ناپاکییەکە لە قسە و گوفتارەوە گەیشتبێتە ناپاکیی جەستەیی(1993Mathes and Verstraete).

هۆکاری سێیەمی توندوتیژی، خۆڕانەگرتنە لەبەردەم دابڕاندا، ڕەنگە بەبێ ڕەتکردنەوە، یان بێئەوەی لایەنی ڕەتکراوە کارێکی کردبێت شایستەی ڕەتکردنەوەی بێت جیابوونەوە ڕوو بدات. پەرچەکرداری توندوتیژییش دەرەنجامی بالاچوونێکی تەواو عەقلییە، واتە لە کەسی ئاشقەوە کە بەو توندوتیژییە دەرهەق بە خۆشەویستەکەی یان بەوانەوە، کە پێی وایە پەیوەندییان بەو جیابوونەوەیەوە هەیە، کە بەو توندوتیژینواندنە کورتوپوخت پەیامێکە و دەڵێت، ناتوانم خۆ لەبەر جیابوونەوە و دابڕاندا بگرم. (1987Benzech).

هۆکاری چوارەمی توندوتیژیی سۆزداری، نامۆ دەر دەکەوێت، بەڵام توندوتیژییەکی بڵاوە، واتە توندوتیژینواندن بە کردارێک، کە تیایدا توندوتیژی ئامرازی دەربڕینە لای کەسەکە بێت یان لە کۆمەڵگەدا. زۆرێک لە کۆمەڵگەکان وەک کارێکی ئاسایی و سروشتی و قبوڵکراو دەڕواننە لێدانی پیاو لە ژن یان ئاشق، بگرە هەندێک بە بەڵگەی خۆشەویستییەکەی دەزانن. (1991Kernbery (1980Kahn et al. هەڕەشە، یان مەترسیی ڕاستەقینە لەوەدایە کەسەکە سادییەکی کردەیی بێت و سادیزمیش وەک نەخۆشییەکی دەروونی وا دەکات نەخۆشەکە نەتوانێت هەست بە چێژی سۆزداری و سێکسی بکات، تا ئازاری ئەو کەسە نەدات خۆشی دەوێت، ئازاردانەکەیش لە بیرکردنەوە

لە توندوتیژینواندنەوە دەبێت، تا دەگاتە بریندارکردنی بە قسەی نابەجێ، یان توندوتیژی نواندن تا ڕادەی کوشتن. ئەو جۆرە کەسانە هەرچەندە بە مەترسیدارترین دادەنرێن، بەلاّم کەسانێکی کەمن، گەرچی کاتێک پرسەکە دەگاتە توندوتیژینواندن، تا ڕادەی کوشتن ئیتر دەبێ پێش ڕوودانی پێشگیریی لێ بکرێت و کەسەکە بخرێتە ژێر چارەسەرەوە.(1973Hunts).

ڕوونیشە کە قوربانی ئەو کەسەیە لێی دەدرێت، یان بە قسەی ناشیرین هەستی بریندار دەکرێت، یاخود دەکوژرێت، بەلاّم بکەریش بۆ خۆی قوربانییە گەرچی قوربانیی دەستی دڵەڕاوکێی زادەی سۆزی گەرموگوڕ و شەیدایی خۆیەتی.(Schip rowensry).

چۆن بە گوفتار چارەسەری گرفتەکانی خۆشەویستی دەکرێت؟

زۆرینەی گرفتەکانی خۆشەویستی بەو هۆیەوە هاتوونەتە ئارا، کە نەخراونەتە گفتوگۆ و گۆڕینەوەی ڕاوبۆچوونەکانەوە. ناکۆکییە سادە و ئاسانەکانی نێوان هاوسەران ڕەنگە بە هۆی نەبوونی گفتوگۆی ڕاستودروستەوە لە بارەیانەوە، دوو هاوسەری خۆشەویست لە حاڵەتی خۆشەویستییەوە بگەیێننە ڕق و کینە. ڕاستە هەندێک دەڵێن قسەمان لە کێشە و گرفتەکانمان کردووە، بەلام ڕاستییەکەی ئەوەیە ئەوان هەرایان لەسەر کردووە نەک گفتوگۆی هێمنانە، واتە شەڕی یەکتریتاوانبارکردن بووە نەک دیارکردنی خودی گرفتەکان، ڕاستە گوزارشتی زارەکی لە شێوەی تووڕەیی لە خۆشەویستیدا بۆ تەندروستی کەسێک، کە لە ڕووی سۆزدارییەوە بریندار کرابێت، تا ڕادەیەک پێویستە، چوونکە ڕاشکاوانە دەربڕینی تووڕەیی یارمەتیدەر دەبێت لە بەهێزکردنی کۆئەندامی بەرگریی لەشی مرۆڤ و لە نەخۆشیە هەستەدەمارییەکانی سەردەمی دەپارێزن(1991GOLDBERG) بەلام تووڕەیی دەبێت بەشێکی سووک و ئاسانی چارەسەری گوفتاریی گرفتەکان بێت، بەشی گرنگ و سەرەکی بریتییە لە درکاندنی ئەو شتەی دڵی تەنگ کردووە و خۆشەویستەکەی

هۆکارەکەیەتی، واتە دەربڕین و درکاندنی هەستەکان بە شێوەیەکی ڕوون و دوور لـە بریندارکردنـی هەسـتی بەرامبـەر، چوونکـە بریندارکردنـی هەستی بەرامبـەر پەرچەکرداری بریندارەکـەری لـێ دەکەوێتـەوە و ئەوەیـش نابێتـە چارەسـەری گوفتـاری. هونـەری گفتوگۆ و دیالۆگی دوولایەنە لەنێوان ژن و پیاودا خۆشەویستی قـووڵ دەکاتـەوە، دەبێتـە هـۆی لێکتێگەیشـتن، چوونکـە دوو کـەس هەرکەسێک بن، هەتا پێکەوە نەکەونە گفتوگۆ نە یەکتری دەناسن و نـە لەیەکیش تێدەگەن. لـە دێرزەمانـەوە گوتـراوە، " قسـە بکـە با بتبینـم، یـان بتناسـم"ئێمە بـە قسـەکردن دەتوانیـن ئـەوەی هەمانـە و لـە ناخماندایـە بیانخەینـە ڕوو. ژن و پیـاو بـە گفتوگۆکـردن خۆکردانـە هونـەری پێکەوەبـوون و پەیوەنـدی و هونـەری چارەسـەرکردنی کێشـە و گرفتەکانیـان لـە نێواندا دروسـت دەبێت. کەواتە ڕستەیەکی وەک، " وەرە با لەسـەر فلان مەسـەلە دوو قسـە بکەیـن" نهێنیی سـەرکەوتنی زۆرینـەی پەیوەندییـە سـەقامگیرەکانە.(1992Ridley and Crowe) بـەلام هـاوکات گرنگتریـن بـەش لـە بەکارهێنانـی چارەسـەری گوفتاریدا خودڕاهێنانـە، یـان بـە یارمەتیی شـارەزایەک، لەسـەر گوفتـار و قسـەی خۆشـەویسـتی، وشـەی، " خۆشـم دەوێیت" ئـەو ئاوەیە گوڵی خۆشـەویستی و هاوسـایەتیی پـێ دەژی(1987Owen) ڕاسـتە ژن زیاتـر حـەز لـە گوتنـی ئـەو وشـەیە دەکات،بـەلام پیاویـش پێویسـتیی پێیەتـی وشـەی "خۆشـم دەوێیت" و وردەکاری و پاشـکۆکانی لە قسـەی خۆش و نەرمونیان و ناسـک و ڕێـز و نەوازشـگرتن، هەموویـان خۆشـەویسـتی گـەرم و نـوێ دەکەنـەوە، ساردوسـڕیی پەیوەندییەکـە ناهێڵـن و حـەز و خواسـتی زایەندی گـەرم دەکـەن و وەک "پێکوتـی" پارێزەر دەبن لە هەمـوو نەخۆشـییەکانی خۆشـەویستی.(1990Mitchell). مـرۆڤ زۆر پێویسـتیی بـە وشـەی خۆشـەویسـتی، یـان هـەر وشـەیەکی جـوان و شـیرینە.

ئایا دەکرێت کەسێک بتوانێت خۆشەویستیی ڕاست بکات؟

چەند پرسێکی گشتی هەن لە پەروەردەی خێزانی و خوێندنگەیی و تەنانەت میدیاییشدا، کە وا دەکەن تاک بەتوانا بێت لە خۆشەویستیی گشتی و تایبەتیشدا بە ڕاستودروستی، ئەویش بە چاندنی هەندێک بنچینەکانی کەسێتی و ڕەفتاری لە خودی کەسەکەدا، لەوانەیش:

١- خۆقبوڵکردن:

بۆ ئەوەی خەڵکانی ترت قبوڵ بێت دەبێت سەرەتا خۆتت قبوڵ بێت وەک چۆن هەیت، بەتایبەتی شێوەت چوونکە کارێکی لۆژیکی نییە هەموو کەس زۆر جوان و سەرنجڕاکێش بێت، وێڕای قبوڵکردنی ڕەفتارە هەڵەکان کە بەئەنقەست ناکرێن، چوونکە مرۆڤ فریشتە نییە و هەڵە دەکات، بەڵام گرنگ ئەوەیە قبوڵکردنی هەڵەکانی فێر بێت.

٢- قبوڵکردنی خەڵکی:

ئەگەر مرۆڤ هونەری قبوڵکردنی خەڵکی وەک خۆیان چۆنن نەک وەک ئەو دەوێ چۆن بن بزانێت و فێر بێت، بەبێ هەوڵی ڕەخنە و چاککردن و خۆکردانە قبوڵیان بکات، ڕێزی لە واقیعی جیاوازبوون گرت، بێگومان دەروونی ساخلەمتر دەبێت و توانایشی زیاتر دەبێت لە بەخشینی خۆشەویستی و وەرگرتنیشی.

٣- گوزارشتکردن لە هەستەکان:

دەبێ لە پەروەردەی خێزانی و سیستمی پەروەردە و ڕاگەیاندنیشدا هاندان هەبێت بۆ دەربڕینی هەستەکان، بۆ ئەوەی تاک بتوانێت پەیامی خۆشەویستی بگەیەنێت، هەموو ئەو شتانە بدرکێنێت، کە بەختەوەر یان تووڕەی دەکەن، سەرسامبوون و سۆزەکانی دەر بڕێت، چوونکە مرۆڤ ئەگەر فێری گوزارشتکردن

لـە هەستەکانی بوو ئیتر کەسێکی تەندروستی بەتوانا دەر دەچێت لـە قسـەکردندا.

٤ – مامەڵەکردن لەگەڵ هەستە ناوەکییەکاندا:

مـرۆڤ پێویسـتی بەوەیـە هونـەری مامەڵەکـردن لەگـەڵ هەسـتەکانی ناوەوەیـدا فێـر بێـت. زۆر کـەس هـەن هەسـت بـە غیرەکـردن دەکـەن، بـەڵام نازانـن چـۆن مامەڵـەی لەتەکدا بکـەن و لـێ دەگەڕێن ببێتـە ئاگرێـک خۆیان و دەوروبەریشـیان بسـووتێنێت، هەندێک ترسـیان لـە خۆشـەویستی هەیـە، لـە ترسـان دەترسـنجگە لـە چەندین ترسـی تـر سـەبارەت بـە خۆشـەویستی و وازهێنـان لێی، کـە ئەمەیـش وا دەکات کەسـەکە بکەوێتـە سـەر خۆشـەویستییەکی ناڕاسـت، یـان ڕەفتارێکـی نادروسـت لـە پەیوەندیـی سـۆزداریدا. هونـەری تێگەیشـتن لـە هەسـت و دواتریـش هونـەری مامەڵەکـردن لەگەڵیدا پێویسـتە بۆ دروسـتکردنی کەسـێکی خۆشـویستی دروسـت بـۆ کۆمەڵگـە.

پەیوەندییەکـە، وا لـە کەسـانی تینـوو بـۆ قسـە و گوفتـاری خۆشـەویستی دەکات بـۆ دەسـتکەوتنی ئـەو قسـە و گوفتارانـەی خۆشـەویستیی ناپاکییـش بـکات. لێکۆڵینـەوە تایبەتەکانیـش لـە بـارەی ناپاکیـی هاوسـەرێتییەوە ئـەو واقیعـە دەسـەلمێنن، کـە ژن یـان پیـاو لـە پێویسـتیدا بۆ قسـەوباسـی خۆشـەویستی نـەک سـێکس زیاتـر ناپاکـی دەکـەن. ژنـان و پیاوانـی تینـوو بـۆ قسـەوباسـی خۆشـەویستی ڕەنگـە ڕێگـر نەبـن لـە بیسـتنی ئەگەرچـی لـە نـاخ و دڵیشـیانەوە دەر نەچێـت، بـەڵام پرسـەکە دواجـار پرسـی نەریتـی گوفتارەکییـە چوونکـە مـرۆڤ کاتێـک خـۆی لەسـەر گوتنـی قسـەی خۆشـەویستی ڕادەهێنێـت، ئیتـر ئـەو نەریتـەی لـەلا دروسـت دەبێـت.

لێکۆڵینـەوە هاوچەرخەکانـی تایبـەت بـە دەروون و جەسـتە. هـاوکات ئاراسـتەگیریی هاوچەرخیش بـۆ چارەسـەری نەخۆشـییە قورسـەکان، پشـت بـە هێـزی خۆشـەویستی زیاتـر دەبەسـتن

نـەک هێـزی دەرمـان و چارەسـەرەکانی تـر(1990Ritzman) . لـە ئەمریـکا ئاڕاسـتەیەکی نـوێ هەیـە بـۆ فێرکردنـی خوێنـدکاران لـە بەکارهێنانـی هونەریـی دەسـتەواژەکانی خۆشەویسـتی بـۆ کەمکردنـەوەی کێشـەکانی توندوتیـژی لـە مرۆڤـی ئەمریکیـدا، کـە وەک ئامێرێکـی لێهاتـووە(1974Frymier) .

ئایـا ڕێکخسـتنی شـێوە یارمەتیـدەرە لـە چارەسـەرکردنی ساردوسـڕی لـە خۆشەویسـتیدا؟

ئێمـە بـە ڕۆح و جەسـتە کارلێـک و مامەڵـە دەکەیـن، گرفتیـش لەوەدایە زۆرێکمـان لـە سـەرەتای خۆشـەویستیدا پشـت بە فریودان دەبەستین بە شێوە، دواتـر پشـت بـە فریودان بـە ڕۆح دەبەستین، کێشـەکەیش لێـرەوە دەسـت پـێ دەکات، چوونکـە مـرۆڤ مانـەوە و پەیوەندیـی لەگـەڵ خۆشەویسـتەکەیدا چەنـدە بێـت هێشـتا هـەر بـە ڕۆح و جەسـتە کارلێکـی لەگەڵـدا دەکات. پرسـەکە پێویسـتیی بـە، یـان بـە دیالۆگێکـی ڕاشـکاوانە دەبێـت لـە بـارەی،" چۆنـت بـە دڵـە، تـا وا لـە شـێوەم بکـەم؟" یـان پێویسـتی بـە واقیعبینـی ڕووبەڕووبوونـەوەی هەڵەکانـی شـێوە دەبێـت بـە هەوڵدانـی چاککردنـەوەی بـە ماکیـاژ و جل و پۆشـاک و ڕێکخسـتنی قـژ و دابەزاندنی کێش و دەکرێت هەموو ئەمانە لە یەک کاتدا پێویست بـن بـۆ ڕێکخسـتنەوەی شـێوە، یـان بـە یەکێکیـان شـێوەکە ڕێـک بخرێتـەوە و ببێتـە وشـەی نهێنیـی دووبـارە گەڕاندنـەوەی ڕۆحـی شـەیدایی بۆ پەیوەندییە سۆزدارییەکە. پشتبەستن تەنها بە ڕۆح بێگومـان ڕۆحـی خۆشەویسـتییەکە لەنـاو دەبـات.

ئایـا پێویسـتیمان بـە چارەسـەرکردنی گرێکانـی قۆناغـی منداڵی دەبێـت بـۆ چارەکردنـی گرفتەکانی خۆشەویستی؟

لـە زۆر بـاردا گرفتـی سـۆزداریی ئـەو کاتـەی تیایدایـن ماکـی کەڵەکەبوونـی گرفـت و گرێکانـی سـەردەمی منالّییـە، بۆیـە چەندەیـش بـەو هەلومەرجـەی ئـەو کاتـە هەوڵـی چارەسـەریان بدەین بێهوودە دەبێت، بەڵکوو دەبێت لە ڕەگوڕیشـەوە چارەسـەر بکرێن. بۆ نموونـە، هەندێک لـە گرفتەکانی غیرەکردن لـە بنچینـەدا دەگەڕێتـەوە بۆ ناپاکیی دایک لـە پێشـچاوی منـاڵ، یـان دەگەڕێتەوە بـۆ غیرەکردنـی منـاڵ لـە خوشـک و بـرا بچووکەکانـی و زۆر هەلومەرجـی تـری تایبـەت بـە منـاڵ، بۆیـە پێویسـتە ڕەگوڕیشـەکان چارەسـەر بکرێن، بـەڵام لەبـەر ئـەوەی مرۆڤ لـە عەقڵی ناوەوەیدا هـەم کۆ دەکاتـەوە و هـەم لەبریشـی دەچێتـەوە، کەواتـە دیارکردنـی گرفتـەکان لـە چارەسـەرکردن ئاسـانتر نابێت، لە حاڵەتە سـۆزدارییە ئاڵۆزەکانـدا ئـەم پرسـە بەکارهێنانـی شـیکاریی دەروونـی و چارەسـەریشـی مـاوەی درێژخایەنـی دەوێـت.

ئایا سێکس بۆ باشکردنی خۆشەویستی بەکار دەهێنرێت؟

سـێکس وزەیەکـی مەترسـیداری هەیـە لـە چارەکردنـی زۆرێـک لـە تێکچوونـە دەروونـی و ڕۆحـی و عەقڵییەکانـدا، هەندێـک لـە بیروبـاوەڕە خۆرهەڵاتییـەکان وەک بیروبـاوەڕی "کۆماسـاترا"ی هینـدی پێـی وایـە سـێکس وزەی چاککـەرەوەی تێدایـە و دەتوانێـت گۆڕانـکاری لـە ڕەفتـار و کەسـێتیشـدا بـکات.

سـێکس وزە و ماندووکردنێکی زۆری ماسـوولکەیە و دەتوانێت هەمـوو شـپرزەیی و ئاڵۆزییـە جەسـتەییەکان چـارە بـکات، کـە سـەرچاوەکەیان گـرژی و ئاڵۆزییـە سـۆزدارییەکانە. سـێکس هەڵگـری پەیامێکـە دەڵێـت، مـن حـەزم لێتـە، خۆشـم دەوێـت و ئیشـتیهات دەکـەم. کەسـانی ئاسـایی لـەو بـاوەڕەدان نـاو نوێـن باشـترین جێگەیـە بـۆ دانوسـتانی سـۆزداری و بەریەککەوتنـی جەسـتەیی بەریەککەوتنـی ڕۆحیـی بـەدواوە دەبێـت. ئارەقـەی

سێکسیش خۆشۆردن و خۆپاککردنەوەیە لە تووڕەیی و زیزبوون. لێکۆڵینەوە ئامارییەکانیش دەیسەلمێنن، کە ژن و پیاو لەو بڕوایەدان سێکس دەتوانێت خۆشەویستی بەهێز بکات و هەموو ناکۆکییە سۆزدارییەکانیش لا ببات، کە خۆشی و گەشیی ژیانی هاوسەران دەشێوێنن.(Aron A. and 1995 Heukemeryer). کەواتە سێکس سووڕی خوێن خێراتر و چالاکتر دەکات و یارمەتیدەری هەستکردن دەبێت بە ترپەکانی دڵ، کە دواجار یادەوەرییەکانی سۆزیش دەجووڵێنێت.

چۆن ڕەنگەکان لە چارەکردنی کێشەکانی خۆشەویستیدا بەکار دەهێنرێن؟

ڕەنگەکان کاریگەریی سەرسووڕهێنیان هەیە لە چارەسەرکردنی زۆرێک لە تێکچوونە دەروونییەکان – بە شێوەیەکی گشتی – و لە تێکچوونەکانی باری سۆزداری و خۆشەویستیدا بە تایبەتی. ئەفسوونبازان و ڕۆحانییەکان و زانایانی چارەسازی دەروونی لە دێرزەمانەوە لێکۆڵینەوەیان کردووە لە کاریگەری ڕەنگەکان لەسەر مرۆڤ و بەو هۆیەشەوە بڕوایان لا دروست بووە بەوەی بوونی ڕەنگێکی دیاریکراو لەدەوروبەری مرۆڤدا یارمەتیدەر دەبێت لە چاککردنەوەی کێشە و گرفت و کێماسییەک لە ژیانی دەروونی و عەقلی و ڕۆحی و سۆزداریدا بەتایبەتی. تەنانەت هەندێک لەو بڕوایەدان هەر ڕەنگە و بۆن و تام و دەنگی تایبەت بە خۆی هەیە، فێرگەی تایبەتیش هەیە بۆ چارەسەرکردن بە ڕەنگەکان، کە بڕوایان هەیە بەوەی بە ڕاهێنان دەتوانیت بەچاونووقانیشەوە ئەگەر بۆنی گوڵێک بکەیت و دەستی لێ بدەیت بزانیت چ گوڵێکە.

چارەسەرکردنیش بە ڕەنگەکان لە بنچینەدا پشت بە دوو پرس دەبەستێت:١ -هێمای ڕەنگ لە بیرکردنەوەی مرۆڤدا.

٢ -کاریگەریی ڕەنگ لەسەر هەر بەشێک لە کۆئەندامی هەستەدەمار.

ڕۆحانی و ئەفسوونبازانی خۆشەویستی وا دەبینن، کە چوار ڕەنگی سەرەکی هەن کە پەیوەندن بە هەرچوار ڕەگەزەکەی مرۆڤەوە و لە بەشی تایبەت بە خۆشەویستیی خورافەتەکاندا باسکران. ڕەنگەکانیش ئەمانەن:

- ڕەنگی سوور: پەیوەندیی بە ڕەگەزی ئاگرەوە هەیە.
- ڕەنگی زەرد: پەیوەندیی بە ڕەگەزی "با" هەواوە هەیە.
- ڕەنگی شین: پەیوەندیی بە ڕەگەزی ئاوەوە هەیە.
- ڕەنگی سەوز: پەیوەندیی بە ڕەگەزی خاک" زەوی"وە هەیە.

ڕۆحانی و ئەفسوونبازانی خۆشەویستی هەردوو ڕەنگی سپی و ڕەشیش بەکار دەهێنن و پێیان وایە ڕەنگی ڕەش هێمای نەبوونی هەموو ڕەنگەکانی ترە، ڕەنگی سپییش کۆی هەموو ڕەنگەکانە. هەردوو ڕەنگی سپی و ڕەشیش کاتێک تێکەڵ بە ڕەنگەکانی تر دەکرێن چێژ و خۆشیی هەموو ڕەنگەکانی تر لە ژیاندا دەبەخشن، بۆ نموونە ڕەنگی پەمەیی کە بە ڕەنگێکی گرنگی خۆشەویستی دادەنرێت تێکەڵەیەکە لە ڕەنگی سوور و سپی، ڕەنگی سپییش ڕەنگی پاکی و بێگەردی[1] بۆیە نموونەگیریی خۆشەویستی دەکات بە سۆزە بەخشندەکەیەوە. ڕەنگی سوورییش ڕەنگی گەرموگوڕییە بۆیە نموونەگیریی خۆشەویستی دەکات بە لایەنی توندی و هێزیەوە.

لێرە بەدواوە ڕەنگەکان دەخەینە ڕوو بەو میوە و ڕووەک و بەردانەوە، کە ئەو ڕەنگەیان تێدایە، وێڕای خستنەڕووی خەسڵەتی هەر ڕەنگێک و بەکارهێنانەکانیان لە چارەسەری کێشە و گرفتەکانی خۆشەویستیدا:

---

١ [illegible]

ڕەنگی سوور:

- ئەو میوەی ئەم ڕەنگەی تێدایە: شووتی و تووی فەڕەنگی.
- ڕووەک: گوڵەباخ.
- بەرد: یاقووت.
- خەسڵەتی دیاری: وزە و خۆشحاڵی.
- بەکارهێنانی بۆ چارەسەر: بۆ وروووژاندنی هەست و سۆز و سێکس باشە و جورئەت ئاسان دەکات، لە سەرەتای خۆشەویستیدا بێت یان هاوسەرگیری.

ڕەنگی پەمەیی:

- میوەکەی: قۆخ.
- ڕووەکەکەی: هەموو گوڵێکی ڕەنگپەمەیی.
- بەردەکەی: کوارتزی پەمەیی، عەقیقی پەمەیی.
- خەسڵەتی دیاری: نەرم و ناسککردنی خۆشەویستی.
- بەکارهێنانی لە چارەسەردا: بۆ نەرمونیانکردنی هەست و سۆزی ژن یان پیاو، کە لە پەیوەندییاندا ساردوسڕن و ناتوانن ئەو هەست و سۆزەیان دەر ببڕن،یان ئەوانەی بەئەنقەست ساردوسڕی دەنوێنن و نەرم و نیان نین.

ڕەنگی زەرد:

- میوەکەی: مۆز و ئەنەناس.
- ڕوەکەکەی: گوڵی دیفیدیل، نویر، هەر گوڵێکی زەرد.
- بەردەکەی: توباز.
- خەسڵەتی دیاری: ڕەنگێکی بووژێنەرە، خەمۆکی و دڵەڕاوکێ و شپرزەیی ناهێڵێت، پرسە ئاڵۆز و نادیارەکان ڕوون دەکاتەوە.

- بەکارهێنانی لە چارەسەردا: بۆ نەهێشتنی شەڕ و ناکۆکی لە پەیوەندیدا باشە و یارمەتیدەرە بۆ ئارامگرتن لە باری دیارنەبوون یان دابڕان لە خۆشەویست.

ڕەنگی سپی:

- میوەکەی: کرۆکی هەموو میوەیەک بەتایبەتی هەرمێ و سێو.
- ڕووەکەکەی: گوڵەشەوانە – واتە گوڵە باخی سپی.
- بەردەکەی: مرواری،بەردی مانگ.
- خەسڵەتی دیاری: پاکژ و خاوێنکەرەوەیە.
- بەکارهێنانی لە چارەسەرکردندا: بۆ بڕێک لە خۆشەویستیی پاک باشە لە باری پەیوەندییەکی شپرزە و ئالۆزدا،یان لە پەیوەندییەکدا تەنها بەرمەبنای ڕەمەک" غەریزە" بێت، ڕەنگێکە لە ژیانی ڕەمەکیدا بەرز و باڵا و مرۆڤدۆستت دەکات.

ڕەنگی ڕەش:

- میوەکەی: ترێی ڕەش و هەندێ ترێی تر.
- ڕووەکەکەی: گوڵی ئۆرکید و تولیبی ڕەش.
- بەردەکەی: بەردی تکیتی ئەنۆنیسی، یان عەقیقی یەمانی.
- بەکارهێنانی لە چارەسەردا: بۆ دوورخستنەوە و لابردنی هزر و بیر و هەستکردن بە خۆشەویستییەکی کۆن، کە هێشتا لە دڵدا مابێت.

ڕەنگی شین

- میوەکەی: هەڵووژەی کاڵ و ترێ بەرسیلەیی.
- ڕووەکەکەی: گوڵی "لەبیرم مەکە".
- بەردەکەی: زەفیر و ترکواز.

- خەسڵەتی دیاری: ئاشتی و هێمنی و ئارامیهێنەرە.

- بەکارهێنانی لە چارەسەردا: بۆ قبوڵکردنی کۆتاییهێنان بە پەیوەندییەک باشە هیچ ئومێدێکی لێ نەکرێت، هەروەها بۆ ئارامکردنەوەی هەستی غیرەکردن لە دڵدا بەکەڵکە.

ڕەنگی سەوز:

- میوەکەی: هەموو سەوزەکان و سێو و ترێی سەوز.

- ڕووەکەکەی: گەڵای هەموو درەخت و ڕووەک و گژوگیایەک.

- بەردەکەی: زومرودی سەوز.

- خەسڵەتی دیاری: بۆ چارەسەری جەستە، لە لەشدا وزەکان هاوسەنگ و هەماهەنگ دەکات.

- بەکارهێنانی لە چارەسەردا: هەستی خۆشەویستی و ڕێز و نەوازش لەنێوان ژن و پیاودا زیاد دەکات..هاندەرە بۆ کاری سێکسی بەتایبەتی ئەگەر تێکەڵ بە ڕەنگی سوور بکرێت.

ئەو ڕەنگانە دەکرێت وەک چارەسەر بکرێنە دەفری میوەوە، لە جلوبەرگدا، دیوار و شتی تریان پێ بۆیاخ بکرێت، تا کاریگەری خۆیان هەبێت لە چارەکردندا.

تەماشاکردنی بەردەوامی یەکتری چەندە کاریگەریی هەیە بۆ چارەسەری ساردوسڕی لە خۆشەویستیدا؟

هەندێک کەس پاش ماوەیەک لەیەکتری ناسین، یان دوای ماوەیەک پێکەوە ژیانی هاوسەرێتی خۆشەویستییان دەمرێت، ئەو گڕەیان خامۆش دەبێت کە ترپە بە دڵیان دەدات. خۆشەویستی دەمرێت، پێشتریش باسمان لە کێشەی مردنی خۆشەویستی کرد، چارەسەرەکانی مردنی خۆشەویستی زۆرن. چارەسەر بە چاو، تەماشاکردن یەکێکە لەو چارەسەرانە، واتە

ڕوانینی بەردەوامی هەردوو لا و چاوبڕینە چاوی یەکتری بەپێی ڕێنمایی کەسی چارەساز، چوونکە کارەکە ڕەنگە جێی پێکەنین بێت، کە دوو کەس بەرامبەر یەکتری دابنیشن و چاو ببڕنە یەکتری و ئەگەر بە بێ ڕێنمایی بکرێت، ڕەنگە ببێتە هۆکاری زیاتربوونی کێشەکان، فەلسەفەکە لەوەدایە کە ئێمە دوای ماوەیەک یەکتری نابینین، یان باشتر بڵێین خەسڵەتە دیارەکانی یەکتری نابینین، بۆیە چارەسەر بە ڕوانین و تەماشاکردنی یەکتری پێش هەر شتێک وا دەکات یەکتری ببینین، دواتر ڕوانین بۆ یەکتری لە شوێنێکدا و لە سایەی چەند مۆمێکی هەڵکراودا یارمەتیدەر دەبێت بووژاندەوەی حەز و خواست بۆ یەکتری و زیندووکردنەوەی هەستی خۆشەویستی.(1989Kellevman (1985Karr ، (Setal).

دەستلێدان، بەرکەوتن چەندە کاریگەری هەیە لە چارەسەری گرفتەکانی خۆشەویستیدا؟

دەستلێدان یەکەم پەیامی خۆشەویستییە مرۆڤ فێری دەبێت، ئەوەتا مناڵ یەکەم جار هەست بە دەستلێدان و بەرکەوتنی دایکی دەکات. لەو دەستلێدانەوە کۆمپیوتەری عەقڵی ئەو منالە مانای ئارامی و دڵنیایی سۆز و خۆشەویستی بۆ خۆی بەرنامە دەکات. دەستلێدان بۆ مرۆڤ پێویستییەکی دەروونی و جەستەییە. بەندە لەم بوارەدا توێژینەوەی زۆرم کردووە و بایەخی زۆریشم پێداوە. لێکۆڵینەوە دەروونییەکان وا دەبینن، کە دەستلێدان هێندە پێویستە وا دەکات مرۆڤێک بژی یان بمرێت. لە لێکۆڵینەوەیەکدا تێبینییەکی کۆن هەیە لەسەر منالانی پەناگەکان لەوانەی دایکیان لەگەڵ لەدایکبوونیاندا فڕێیان داون، یان دەستبەرداریان بوون،.. لێکۆڵینەوەکە دەڵێت تێبینی کراوە لە دوو بەشی ئەو پەناگەیەدا، لە بەشێکیاندا هەندێک لە منالەکان ماونەتەوە و هەندێکیشیان

مردوون؟ لەو بەشەدا کە منالەکان ماون بینراوە ئەو منالانەی، کە ماون و نەمردوون پیرەژنێک سەردانی کردوون و لە رای خوادا رۆژانە لەئامێزی گرتوون. مرۆڤ لە رەحمی دایکیەوە عەقڵی بەرنامەدار دەکات بۆ دەستلێدان و بەرکەوتن و دوای لەدایکبوونیشی پێویستیی پێی دەبێت، لەبەر ئەوەی پێست گەیەنەری سەرەکیی نێوان جیهانی دەرەکی و ناوەوەی جەستەی مرۆڤە، بۆیە شێوازی گەیاندنی پەیامەکانیش هەڵدەسێت بە پێوانەکردنی ژینگەی بەرکەوتنەکە لە رووی گەرمی و ساردی و لە هەموویشیان گرنگتر تەوژم و رادەی بەرکەوتنەکە. پێست بە سروشتی هەستیاری پڕ لە هەستەدەماری گەرموگوڕ بە بەرکەوتن کاریگەر دەبێت. دەستلێدان و بەرکەوتنیش چەند جۆرێکی هەیە لەوانەیش بەرکەوتنی توند، بەرکەوتنی بەهێز و بە تەوژم و دەستلێدان بەنەرمونیانی، دەستلێدان بەنەرمونیانی ئەگەر کەمێکیش فشاری لەگەڵدا بێت، بە هۆی هەستەدەمار و موولوولەخوێنە گەێنەرەکانەوە دەبێتە هۆی خۆشی و ختووکەدان و بووژاندنەوەی پێست و هەستەکان. دەستلێدان و بەرکەوتن وەک ئامرازێکی گوزارشتکردن لە خۆشەویستی پێش دەربڕین بە وشە هاتووە،دەستدان لە منال لە قۆناغی کۆرپەییدا، ئیتر دەستهێنان بێت بە سەریدا یان روخساری یاخود دەستی یان لەئامێزگرتنی بێت، هەموو ئەمانە دەبنە هۆی ئەوەی کەسێکی خۆشویستی لێ دەربچێت، واتە ئامادە بێت بۆ خۆشویستنی دەوروبەری. بۆیە هێندەی رۆژانە منالەکەت لەئامێز بگریت وا دەکەیت لە ئاییندەدا کەسێکی ئاشق دەر بچێت، دەستلێدان پێویستە بۆ گەیاندنی خۆشەویستی لەو حاڵەتە تایبەتانەدا، کە لە منالدا نییە و کەموکورتیە. واتە لە منالی نابینا و نابیستادا (1984Kabler ،(1983Verma and Saxena)

بەڵام بەریەککەوتن، دەستلێدان بەسۆزەوە دەتوانێت پەیامی

گەورە بۆ هەموو گرفتەکانی خۆشەویستی بگەیێنێت. دەستلێدان ڕەنگە توورەیی و زیزبوون لەنێوان ئەویندارانـدا بشـۆرێتەوە، دەستلێدان جارێکی تر هەستی حەز و خواستەکان نوێ دەکاتەوە و یارمەتیدەریش دەبێت لە دروستکردنی حەزکردن و ورووژاندن و سەرنجڕاکێشان، چوونکە زۆرێک لە ئەویندارانیان هاوسەرداران، بە هۆی مردنی دەستلێدان و بەریەککەوتنەوە خۆشەویستییەکەیشیان مردووە. لێکۆڵینەوەکان سەلماندوویانە دەستلێدان هەست و سۆزەکان قووڵ دەکاتەوە، بەسۆزیی دەبەخشێت، مۆرک و سروشتێکی مرۆییانە بە حەز و ئارەزووەکان دەدات، لەنێوان خۆشەویستاندا هاوڕێیەتییەکی قووڵ و ڕاستەقینە دروست دەکات(1988Thager). لە کاریگەریی زۆری دەستلێدان و بەرکەوتندا تێبینی کراوە ئەو حاڵەتانەی، کە ئاشق تیایدا تووشی ڕووداوێک بووە و بۆ ماوەیەکی زۆر بێهۆش بووە، بە هۆی دەستلێدان لەلایەن دەوروبەریەوە هاتۆتەوە هۆش خۆی. شیکاری پزیشکایەتیی دەروونییش لەوەدا دەڵێت تەنانەت لەو بێهۆشییەشدا دەستلێدان پەیامی خۆشەویستی بۆ مێشکی کەسی بێهۆش دەگەیێنێت و ئەویش وەری دەگرێت و چالاک دەبێت و ڕەنگە پەرجوویەک ڕوو بدات و چاک بێتەوە.

چارەسەری "ئیبن سینا" بۆ نەخۆشیی لە خۆشەویستیدابڕان چییە؟

ئیبن سینا لە خۆرئاوادا بە سەرچاوەی لێکۆڵینەوە تایبەتەکان بە خۆشەویستی دادەنرێت. دەستنیشانکردنی خۆشەویستی و جۆرەکانی، تا ئێستایش چاوگەی لێکۆڵینەوەکانە لە بارەی سۆزدارییەوە لە هەموو جیهاندا، بەڵام شێوازی چارەسەرکردنی کرداریی لە نەخۆشەکانی خۆشەویستیدا ئیبن سینای ناساندووە و بۆتە بنەمای لێکۆڵینەوە نوێکانیش، ئیبن سینا پێی وایە دەکرێت

نەخۆشی دەست خۆشەویستی بەم شێوازانە چارەسەر بکرێت:

١ - چارەکردن بە پێکەنین، تا خەم و ناسۆرەکان لەبیر خۆی بباتەوە کە ڕەنگە ببنە هۆکاری بیرکردنەوە لە خۆکوشتن ...هتد.

٢ - دۆزینەوەی جێگرەوەی خۆشەویستییەکەی، واتە دەرفەتڕەخساندن بۆی، تا بکەوێتە خۆشەویستییەکی ترەوە، یان ئامۆژگاریکردنی بە هاوسەرگیری.

٣ - خەواندنی بۆ ئەوەی ئەگەر بە شێوەیەکی کاتییش بێت لەو حاڵەتی خەم و پەژارەیە دوور بکەوێتەوە.

٤ - سەرقاڵکردنی بە خولیایەک وزە و بیروبۆچوونە خراپەکانی بەتاڵ بکاتەوە، وەک ڕاوکردن بۆ نموونە.

٥ - بە گەشت و گوزار و سەفەرکردن لەو شوێنە دوور بخرێتەوە، کە خۆشەویستەکەی لێ بووە.

چارەسەری لێبووردن چییە؟

پەیوەندیی هاوسەرێتی بێت یان ئەویندارى لەنێوان ژن و پیاودا بێگومان گرفتی لەیەکتێنەگەیشتن و ناکۆکی و ناپاکی و پشتگوێخستنی تێدەکەوێت، کە هەموویان ئازار بە ڕۆح دەگەێنن، وا دەبێت لایەکیان هۆکاری ئەو ئازارگەیاندنە بێت، ڕەنگە داوای لێبووردن بکات و بڕوات، بەڵام کەسی بریندارکراو لە ئازاری خۆیدا دەمێنێتەوە، هەر ئەمیشە دەتوانێت پرسەکان ئاسایی بکاتەوە و دڵودەروونی خۆی لەو ئازارە زۆرە سەرفراز بکات. لێبووردەیی و توانای لێخۆشبوون تاکە چارەسەری ئەو حاڵەتەیە، سەنتەرگیری لەدەوری لاوازیی کەسی بەرامبەر، هێز و توانای لێبووردەیی و خۆشەویستیی پەروەردگارە وا دەکەن لایەنی بریندارکراو پێش هەر شتێک خۆی و دواجار بەرامبەریش سەرفراز بێت. بێگومان زۆرێک لە برینەکان بە لێبووردن چارەسەر دەکرێن، یان لایکەمی

مـرۆڤ بـە لێبـووردن برینـەکان دەگوزەرێنێت و دەگاتـە ژیانێکـی ئارامتـر، سـەقامگیرتر()،(.Gassin E. and Enright R 1995Ritzman 1987).

چـۆن بــەردە بەنرخــەکان لــە چارەکردنــی گرفتەکانــی خۆشەویســتیدا یارمەتیــدەر دەبــن؟

بـەردە گرانبەهـاکان بـە درێژاییـی مێـژووی مرۆڤایەتـی ڕۆڵـی گەورەیـان هەبـووە لـە مامەڵەکردندا لەتـەک گرفتـە سۆزدارییەکاندا. بێگومـان واقیعی کرداریی سروشـتی کاریگەریی بـەردەکان تێکـەڵ بـە واقیعی کلتووری و خورافی بووە، بەڵام لە یەکێک لە لێکۆڵینەوە زانستییەکانەوە تێبینی کراوە بـەردە بەنرخـە پاکـەکان کاریگـەری زۆر باشـیان لەسـەر بـاری سـۆزداریی مـرۆڤ هەبـووە و هەیـە، ئەویش بە هـۆی لـەرە شـەپۆلییەکان و ڕەنگی بەردەکانـەوە، واتـە چۆن بەردێک بە ڕەنگێکی دیاریکراوی و لـەرە و شـەپۆلەکانیەوە دەتوانێـت مامەڵـە لەگـەڵ خاڵێکـی دیاریکـراوی دەروونـی مرۆڤـدا بـکات. توێژەران ڕاوبۆچوونـی تایبەتیـان لـەو بارەیـەوە هەیـە.

هەندێک لەو بەردە بەنرخانە و کاریگەرییە سۆزدارییەکانیان:

- بەردی مانگ:

یارمەتیدەرە بۆ دروسـتکردنی پەیوەندییەکی بـاش لەگـەڵ مانگ و ژوان و بینینـی خۆشـەویسـت و ڕاکێشـانی بـەرەو ئـەو کەسـەی بەردەکـەی پێیـە.[1]

- بەردی کوارتزی پەمەیی:

یارمەتیـدەرە بـۆ چاکبوونـەوەی دڵ و جەسـتە لـە برینەکانـی خۆشـەویسـتی، کـە بـە هـۆی دابـڕان یـان ناپاکـی یـان دیارنەبوونـی خۆشـەویسـتـەوە ڕوو دەدەن.

---

١ بێگومـان مەبەسـت لەوەیـە بـەردە بـە نرخەکـە لای کەسـەکە بێـت ئیتـر بکرێتە [illegible] گیر.

- مرواری:

بەردێکە وا دەکات پیاو دوای ژن بکەوێت، چوونکە نما "ئیحای" مێیینەیی و ناڕوونی بە ژنەکە دەدات، بەڵام بۆ ئەوەی کاریگەریی خۆی بدات دەبێ زۆر هەڵی بگیرێت.

- ئەڵماس:

ئەگەر پیاو ئەڵماس بداتە ژن دوای ئەوەی ماوەیەک بە دەستی خۆیەوە بوو بێت، یارمەتیدەر دەبێت لەوەدا ژنەکە بۆ هەتاهەتایە خۆشی بوێت، چوونکە بەشێک لە وزە و ڕۆحی پیاوەکە چۆتە نێو ئەڵماسەکەوە.

- گرانیت:

بەردێکی باشە بۆ دروستکردنی حەز و خواستی سێکسی لە پەیوەندییە سۆزدارییەکان و پەیوەندیی هاوسەریدا کە سارد بوو بێتنەوە.

- جید:

بەردی جید بۆ تەندروستیی جەستەیی باشە. وا دەکات مرۆڤ چاکتر، گەشتر، سەرنجڕاکێشتر بێت.

- ئەجیتی شین:

خۆشەویستی گەرم دەکات و بۆ نەرمونیانکردنی دڵێک بەکار دەهێنرێت کەسەکەی خۆش نەوێت.

- ئەمیراڵد "زومورد":

بۆ چارەکردنی غیرەکردن باشە و یارمەتیدەری مرۆڤی سەراسیمەبووە لەوەدا بزانێت ئاخۆ سۆزدارییەکەی ڕاستە یان نا.

- ڕۆبی:

بۆ نوێکردنەوە و زیاترکردنی وزەی خۆشەویستی و یەکگرتنی قووڵ لەنێوان ژن و پیاودا باشە.

ئایا دوورکەوتنەوە لە خۆشەویست باشە بۆ گەرمکردنەوەی پەیوەندیی سارد؟

بەڵێ دوورکەوتنەوە، بیرکردن و دواتر شەیدابوون دێنێتە ئارا. زۆر پێکەوەبوون دەبێتە هۆکاری لەیەکتری ڕاهاتن و بێزاربوون، هەرچەند ئامۆژگاریی دوورکەوتنەوە ڕێنماییەکی میللییە بۆ گەرمکردنەوەی شەیدایی، بەڵام ئەزموونیش سوودەکەی سەلماندووە.

بەڵێ دوورکەوتنەوەی نەخشەبۆدانراو، کە هەردوو لا لەسەری ڕێککەوتبن بێگومان باشە بۆ بارگاویکردنەوەی سۆزداری. ڕۆیشتنەوەی ژن بۆ ماوەی هەفتەیەک بۆ ماڵی باوکی، سەفەرکردنی پیاو لەگەڵ هاوڕێکانی یان تەنانەت چالاکی و خولیا جۆراوجۆرەکان و ئیشکردنی هەردوو هاوسەر پێکەوە، هەموو ئەمانە زەمانەتی گەڕانەوەی شەیدایی، شەیدایی خۆشەویستین(1977Pellegrini).

چارەسەری بەسەما چیە؟

سەماکردن – بە شێوەیەکی گشتی، کە لە کۆمەڵگەی کوردیدا هەڵپەڕکێیش دەگرێتەوە – لە هەموو کۆمەڵگەیەکدا ئامرازێکی گوزارشتکردنە، گوزارشتکردنە لە خۆشەویستی، لە تووڕەیی، لە خواست و ئارەزووەکان...هتد بە شێوەیەکی گشتییش ئامڕازێکی باشە بۆ دڵنەوایی و هێوربوونەوە و خەمبەبادان.

بۆیە سەماکردن سوودی گشتیی هەیە و ڕەنگدانەوەیشی دەبێت لەسەر هەلومەرجی تایبەتی وەک کاریگەریی لەسەر هەست و سۆزی مرۆڤ، دەڵێن ئەو ژنەی لە ڕووی سۆزدارییەوە ساردە بە سەماکردن گەرم دەبێت، چوونکە جووڵەکان سووڕی خوێنی چالاک دەکەن و بەو هۆیەشەوە هەموو شتێکی و تەنانەت دڵیشی

دەبووژێتەوە، بەڵام سەمای خۆرئاوایی، کە ژن و پیاو یەکتری لەئامێزدەگرن بەخێرایی سەماکە بکەن یان بەهێمنی ڕاستەوخۆ دەبێتە چارەسەرکردنی گرفتەکانی ساردوسڕیی خۆشەویستی لەنێوان ژن و پیاودا. بانگێشتکردنێک بۆ سەماکردنێک دوای ژەمێکی ئێواران بۆ خۆی پەیامێکی حەز و خۆشەویستی و ڕۆمانسییە. سەماکردن بەزۆری بە پۆشاکی جوان و ڕازاوەوە دەبێت و کەسەکە لە باشترین و جوانترین شێوەیدا دەبێت، دواتر سەماکردن لێکنزیکبوونەوەی جەستەیی لەگەڵدایە و لێکنزیکیی سۆزدارییش دێنێتە ئارا و خۆشییەک بەدی دێنێت، ڕێکخستن و بەرزەفتکردنی ڕەفتاریشی لێوە فێر دەبن(1979Snoeyenbas and Kuapp).

چارەسەری کیمیاییی بۆ غیرەکردنی ئەویندارن چۆن دەکرێت؟

جەستەی مرۆڤ هەر بە سروشت ماددەیەکی کیمیاییی دەر دەدات، کە بەرپرسە لە چالاکی و زیندوویی جەستە، کە بریتییە لە ماددەی ئەندرۆفنز (Endrophines)و لە ڕووی کاریگەرییەوە لەسەر چالاکی لە مۆرفین دەچێت و بە هۆی جووڵە و هەڵچوونەکانی مرۆڤ و بە پێی پێویستیی جەستە بە بڕی دیاریکراو خۆکردانە دەر دەدرێت. لە حاڵەتی جووڵە و هەڵچوونی زێدەڕەوانە و بە هۆی دڵەڕاوکێوە جەستە داواکاریی بۆ ئەو ماددەیە زیاتر دەبێت و زیاتر دەر دەدرێت و ئیتر کەسەکە هەست بە ئازار و ماندووبوون و شەکەتی دەکات، بەتایبەتی ئەوانەی لە غیرەکردندان، بە هۆی کەمیی ئەو ماددەیەشەوە لە جەستەدا هاوکات هەندێک نەخۆشیی سایکۆسۆماتی (جەستەیی-دەروونی) ی وەک ئازاری شەقەسەر (شەقیقە) نەمانی ئیشتیهای خواردن، برینی گەدە ڕوو دەدەن ئەگەرچی عیلاجی کیمیاییش

بۆ نیشانەکانیان کرابن، بەڵام زیاتر لێدانی دەرزیی ماددەی ئەندرۆفنز باوە، دەرمانی تری کیمیایی هەن، کە چارەسەری غیرەیان پێ دەکرێت وەک (pimozide) کە بۆ غیرەی پیاوان بەکار دەهێنرێت(1983Byrne and Yatham) دەرمانی (Fluoxetine hydochlovide) یش چارەسەرێکی باشە بۆ غیرەکردن.

بەڵام ئاڕاستەی نوێ بە چارەسەری هیمۆسرابی Hy-mothropy باوترە، کە چارەسەرگەلێکن بەرمەبنای تاقیکردنەوەی ئەو دژەژەهرانەن بۆ چارەکردنی نیشانە جەستەیی و دەروونییەکانی مرۆڤ. لەو ژەهرانەیش کە چارەسازانی بە هیمۆسرابی بۆ چارەکردنی غیرەکردن بەکاری دەهێنن، ژەهرێکە لە ڕووەکی "هنبین"ی ژەهراوی دەری دەهێنن و یارمەتیدەرە بۆ چارەکردنی ترسی دابڕان و گۆشەگیری و تەنها مانەوەی کەسی غیرەکار، هەروەها ژەهری (Lachesis) کە لە ژەهری ماری کوشندە دەر دەهێنرێت و بۆ غیرەکاریی ژن بەکار دەهێنرێت. ئەو ژەهرانە مەترسیدارن و تەنها بە سەرپەرشتی و چاودێریی شارەزایان بەکار دەهێنرێن.

ئایا ڕاستە ساردوسڕی سۆزداری بەخوێندنەوە چارەسەر دەکرێت؟

وتەیەکی باو هەیە دەڵێت،" پێم بڵێ چی دەخوێنیتەوە پێت دەڵێم تۆ کێیت".

مرۆڤ بەوە دەیخوێنێتەوە کاریگەر دەبێت، زۆرێکیش لە بڕوا و قەناعەت و ڕەفتارەکانمان پووختەی کاریگەربوونی ناخودئاگاییمانە بەوانەی دەیانبینین و دەیانبیستین و دەیانخوێنینەوە.

من بۆ خۆم لەو کەسانەم بڕوام بەوەیە، کە دەکرێت بە